

# 健康診断結果報告書の見方

※この基準値は成蹊学園の教職員健診を委託している深川ギヤザリアクリニックの基準値です。

| 検査項目   | 基準値   | 単位  |   |  |
|--------|---|---|---|--|
| 標準体重   |   |   | kg=身長(m)×身長(m)×22   |  |
| 身体計測   | BMI(男性)<br>(女性)                                 | 21.0~23.9<br>18.0~23.9                    | Body Mass index (体格指数)<br>BMI= $\frac{\text{体重(kg)}}{\text{身長(m)} \times \text{身長(m)}}$<br>BMIの基準範囲は18.5~24.9で、25.0以上の場合を肥満とします。  |  |
|        | 腹囲径(男性)<br>(女性)                                 | 85.0未満<br>90.0未満                          | cm<br>同じ程度の肥満でも、内臓周囲に脂肪が分布する内臓脂肪型肥満は、皮下脂肪型肥満に比べ、糖尿病、高血圧、脂質異常症などになりやすいことがわかっています。内臓脂肪の蓄積程度を推測する目的で腹囲径を測定します。腹囲径が大きく、すでにこれら合併症を伴っている場合メタボリックシンドロームと呼ばれ、心臓病や脳卒中などの危険性が高いと判断します。                      |  |
| 血測圧定   | 血圧  | 129~85/84~30                              | mmHg<br>血圧は年齢のほか、運動、食事、気温など影響する要素が色々ありますので、健診時だけでなく家庭などで繰り返し測ってみることが必要です。高血圧は脳卒中や心臓病など動脈硬化性疾患の危険因子になります。  |  |
| 脂質検査   | LDLコレステロール<br>HDLコレステロール(男性)<br>(女性)            | 70~139<br>40~80<br>40~90                  | mg/dL<br>悪玉コレステロール(LDL)や総コレステロール、中性脂肪が多かったり、善玉コレステロール(HDL)が少ない状態が脂質異常症です。異常値を呈する場合、心臓病や脳卒中など動脈硬化症の危険因子になります。  |  |
| 糖代謝    | 血糖  | 70~109                                    | mg/dL<br>糖尿病があるかどうかを調べています。血中のブドウ糖濃度(血糖)が高いと糖尿病ということになります。高血糖は心臓病や脳卒中など動脈硬化性疾患の危険因子になります。   |  |
|        | グリコヘモグロビン(HbA1c)(NGSP)                          | 4.6~6.2                                   | %<br>ほぼ1ヶ月の血糖の平均値の指標で、空腹時の血糖値とあわせて糖尿病を判定します。  |  |
| 尿酸     | 尿酸(男性)<br>(女性)                                  | 3.6~7.0<br>2.7~7.0                        | mg/dL<br>尿酸値が増えたと、痛風発作を起こしたり、動脈硬化や腎障害をおこしやすくなります。   |  |
| 尿検査    | 尿蛋白   | (-)~(+)                                   | 陽性(+)以上の場合、主に腎炎やその他の腎疾患が疑われます。病気がなくても姿勢の関係や運動のために一時的に蛋白の出ることもありますが、再検査や精密検査が必要になります。  |  |
|        | 尿糖  | (-)~(+)                                   | 糖尿病の場合陽性になることがあります。糖代謝検査の結果とあわせて総合的に判断します。  |  |
|        | 尿潜血   | (-)                                       | 目に見えない程度の血液が尿に出ているかの検査です。腎炎や尿路系の結石、腫瘍などがある場合陽性となることがあります。   |  |
| 腎機能    | 血中尿素窒素<br>クレアチニン(男性)<br>(女性)<br>推算糸球体濾過量: e-GFR | 8.0~20.0<br>0.00~1.00<br>0.00~0.7<br>60以上 | mg/dL<br>mg/dL<br>mg/dL<br>ml/min<br>腎臓の機能が低下すると、血中尿素窒素やクレアチニンの値が増えます。クレアチニンは主に性別、年齢によって変化するため、それらで補正して計算したものがeGFR(推算糸球体濾過量)です。これは、腎機能のより正確な指標といわれ、悪化すると低下します。血圧や血糖値などの高い方は腎機能低下が進行しやすいので注意が必要です。 |  |
| 肝機能    | GOT:AST<br>GPT:ALT<br>γ-GTP(男性)<br>(女性)         | 10~40<br>5~45<br>0~79<br>0~48             | U/L<br>U/L<br>U/L<br>U/L<br>いくつかの検査を組み合わせると、肝臓の病気の有無を調べています。総合的に判定しますから個々の項目に軽い異常値があっても病気が判定しない場合もあります。   |  |
| 血液検査   | 白血球数  | 3500~9700                                 | /μL<br>白血球が増えるのは、主に体のどこかに炎症(熱の出るような病気)がある場合です。また血液の病気のほか喫煙者でもしばしば白血球数が増加します。血液の病気やウイルス感染症によっては白血球数が減少することもあります。   |  |
|        | 赤血球数 (男性)<br>(女性)                               | 438~577<br>376~516                        | × 万 / μL  | 貧血の有無を調べます。MCV、MCH、MCHCは、赤血球の体積や色素の含有量を示し、貧血の判定に利用します。 |
|        | 血色素量:Hb (男性)<br>(女性)                            | 13.6~18.3<br>11.2~15.2                    | g/dL  |  |
|        | ヘマトクリット:Ht(男性)<br>(女性)                          | 40.4~51.9<br>34.3~45.2                    | %   |  |
|        | MCV(男性)<br>(女性)                                 | 83~101<br>80~101                          | μ <sup>3</sup>  |  |
|        | MCH(男性)<br>(女性)                                 | 28.2~34.7<br>26.4~34.3                    | pg  |  |
|        | MCHC(男性)<br>(女性)                                | 31.8~36.4<br>31.3~36.1                    | %   |  |
|        | 血小板:PLT   | 14.0~37.9                                 | × 10 <sup>4</sup> /mm <sup>3</sup><br>血小板(PLT)は、出血を止める働きをします。異常値を呈する場合、血液や肝臓などの病気を発見するきっかけになります。  |  |
| その他の検査 | 上腹部超音波検査  |   | 腹部に超音波をあてて、肝臓、胆のう、腎臓、膵臓、脾臓などに異常がないかを調べます。胆のう結石(胆石)、胆のうポリープ、脂肪肝、肝腫瘍などが見つかる場合があります。   |  |
|        | 胸部エックス線検査                                       |   | 主に肺や胸膜の病気の有無をみています。何らかの所見があっても過去の病気の痕跡のこともあります。心臓や大動脈の変化を指摘されることもあります。  |  |
|        | 便潜血検査   | (-)                                       | 目に見えない程度の血液でも便に出ているかどうかわかります。痔からの出血が原因のこともありますが、主に大腸の病気(ポリープ、癌など)が疑われ大腸の検査が必要になります。   |  |
|        | 心電図   |   | 不整脈の有無、狭心症など虚血性心疾患の傾向の有無など、心臓についていろいろなことがわかります。   |  |
|        | 眼底検査  |   | 目の奥の細い血管の状態から、主として動脈硬化の程度をみるために検査します。その他、白内障、緑内障などが、発見されることもあります。   |  |
|        | ペプシノゲン  |   | 胃粘膜の萎縮の程度を示します。萎縮の程度が強いと胃がんがでやすくなるといわれています。異常のある場合、定期的な内視鏡検査が望ましいとされています。   |  |

判定記号について(★検査方法や試薬の変更等により基準値、判定基準が変わることがあります。)

- A:【異常なし】 今回の結果では、健康上特に問題となるような所見は認められませんでした。
- B:【ほぼ正常】 わずかに所見を認めますが病的範囲ではなく、日常生活上特に支障はありません。
- C:【要経過観察】 再検査をするほどではありませんが、今後の数値及び所見の変化に注意が必要です。年に1~2回は検査を受けてください。
- D:【要再検査】 今回の検査で、異常数値あるいは、異常所見を認めます。確認のためもう一度検査を受けてください。
- E:【要精密検査】 今回の検査で明らかな異常を認めます。異常の程度を調べるため、さらに詳しい検査を受けてください。
- F:【要医療】 今回の検査で治療を必要とする所見を認めます。出来るだけ早く医療機関にて、治療、指導を受けてください。
- G:【治療継続】 現在の治療を継続してください。□