





健診結果の見方

健康診査で異常が見つかった場合は、かかりつけ医等に相談し、再検査や治療の必要性を判断してもらいましょう。

健康診査の項目		異常値	説明	結果からわかること
身体測定	BMI	(要注意値) 25以上(肥満) 20以下(やせ)	BMI値は肥満度を調べる指標です。数値が高い場合は肥満傾向、数値が低い場合はやせ傾向を示します。 ※BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)	<ul style="list-style-type: none"> 肥満 低栄養状態 フレイル など
	血圧	収縮期血圧 130mmHg以上 拡張期血圧 85mmHg以上	血圧が高いと血管に負担をかけ、血管を傷めることにより動脈硬化を促進します。 	<ul style="list-style-type: none"> 高血圧 動脈硬化 脳卒中 心臓病 など
脂質	空腹時中性脂肪	150mg/dl以上	中性脂肪やLDLコレステロール値が高いと脂質が動脈壁にたまり、動脈硬化を進めます。逆にHDLコレステロール値が低いと動脈壁にたまった脂質が取り除きにくくなります。 	<ul style="list-style-type: none"> 動脈硬化 心疾患 脳血管障害 胆石 など
	随時中性脂肪	175mg/dl以上		
	HDLコレステロール	39mg/dl以下		
	LDLコレステロール	120mg/dl以上		
	non-HDL	150mg/dl以上		
血糖	空腹時血糖 または随時血糖	100mg/dl以上	血液中のブドウ糖の量を調べます。すい臓の働きが悪いと数値が高くなり、糖尿病になります。	<ul style="list-style-type: none"> 糖尿病 糖尿病の合併症 (神経障害・網膜症・腎症) など
	HbA1c	5.6%以上		
肝機能	AST(GOT)	31 U/l以上	肝機能の程度をみる数値として重要で、肝機能に障害が起こると値が高くなります。 	<ul style="list-style-type: none"> 肝炎 (急性・慢性・ウイルス性・アルコール性) 脂肪肝 心筋梗塞 など
	ALT(GPT)	31 U/l以上		
	γ-GT(γ-GTP)	51 U/l以上		
	血清アルブミン	3.8 g/dl以下		
腎機能	eGFR (血清クレアチニンから算出)	60ml/分/1.73m ² 未満	血清クレアチニン値と年齢と性別を基に計算します。腎臓にどれくらい老廃物を尿へ排泄する能力があるかを示しています。	<ul style="list-style-type: none"> 糖尿病初期 尿崩症 腎不全 など
貧血	ヘマトクリット	48%以上 35%以下	体の中に酸素を運び、炭酸ガスを持ち去るのが血液中の赤血球の大切な役目です。赤血球が少なくなると体内が酸欠状態に陥り、貧血を起こします。 	<ul style="list-style-type: none"> 各種貧血 白血病 血液疾患 など
	血色素量 (ヘモグロビン)	男性13.0g/dl以下 女性12.0g/dl以下		
	赤血球数	480万/mm ³ 以上 380万/mm ³ 以下		
尿	尿糖	陽性(+)	体に不要なものを尿として排出させる働きをもつ腎臓や、尿の通り道に障害があると陽性反応を示します。	<ul style="list-style-type: none"> 腎臓病 糖尿病 など
	尿蛋白	陽性(+)		

※ここで示した異常値は参考値であり、健診機関によって異常値の基準が若干異なります。

※BMIのみ要注意値を示しています。BMIは自身の体格の参考値としてください。