

# ひと目でわかる

# 健診結果の見方

健康診断の結果は誰でも気になります。ここでは、健診結果によって何がわかるのか、また疑われる疾患をあげました。  
なお、基準値は、医療機関により多少異なることがありますので、気になる方は検診を受けた医療機関にお尋ねください。

| 項目                      | 基準値 |
|-------------------------|-----|
| 収縮期：90～139、<br>拡張期：89以下 |     |

一般に収縮期血圧を最大血圧、拡張期血圧を最小血圧とよびます。動脈硬化が進むと、高くなります。基準値を超えて、最大血圧140以上、最小血圧90以上の場合は高血圧症とされます。

| 項目      | 基準値 |
|---------|-----|
| 140～199 |     |

血液中のコレステロールの量です。動脈硬化の判定ができます。脂肪分の多い食事を続けると上昇します。

| 項目   | 基準値 |
|------|-----|
| 40以上 |     |

いわゆる“善玉コレステロール”のこと。血管に付着したコレステロールを運び去ってくれます。数字が高いほど、動脈硬化を抑えます。

| 項目     | 基準値 |
|--------|-----|
| 60～119 |     |

“悪玉コレステロール”とよばれています。数字が高いほど、動脈硬化の危険性が高まります。

| 項目    | 基準値 |
|-------|-----|
| 149以下 |     |

高すぎると動脈硬化や、心臓病、脳卒中の発症率が高くなります。

| 項目    | 基準値 |
|-------|-----|
| 109以下 |     |

糖尿病の診断や経過がわかります。126mg/dL以上だと糖尿病と判定されます。

| 項目    | 基準値 |
|-------|-----|
| 5.6未満 |     |

血糖と違って、食事の影響を受けないため、いつでも検査ができます。赤血球の中に含まれるヘモグロビンにブドウ糖が結合したもので、過去約120日間の平均的な血糖状態を知ることができます。6.5%以上だと糖尿病と判定されます。

| 項目 | 基準値 |
|----|-----|
| —  |     |

糖尿病発見の手がかりになります。

| 項目    | 基準値 |
|-------|-----|
| 7.0以下 |     |

高値になると、痛風になったり、動脈硬化や腎炎、尿毒症などと診断されます。

| 項目 | 基準値 |
|----|-----|
| —  |     |

腎臓や尿路に異常があると、プラスになります。腎疾患、糖尿病などでも陽性になります。

| 項目 | 基準値 |
|----|-----|
| —  |     |

尿中に血液が混じっているとプラスになります。尿路系の炎症や結石などがわかります。

| 項目                   | 基準値 |
|----------------------|-----|
| 男性：1.1以下<br>女性：0.8以下 |     |

血液中に存在する老廃物の一種で、腎機能が低下すると値が上昇します。

| 検査項目       | 単位      | 検査結果   |
|------------|---------|--------|
| 身長         | [cm]    | 170    |
| 体重         | [kg]    | 80     |
| BMI        |         | 27.6 ● |
| 肥満度        | [%]     | 25.9 ● |
| 収縮期        | [mmHg]  | 145 ●  |
| 拡張期        | [mmHg]  | 102    |
| 総コレステロール   | [mg/dL] | 300 ●  |
| HDLコレステロール | [mg/dL] | 32     |
| LDLコレステロール | [mg/dL] | 48     |
| 中性脂肪       | [mg/dL] | 220 ●  |
| GOT        | [IU/L]  | 45 ●   |
| GPT        | [IU/L]  | 40 ●   |
| γ-GTP      | [IU/L]  | 70 ●   |
| ALP        | [IU/L]  | 400 ●  |
| 空腹時血糖      | [mg/dL] | 220 ●  |
| HbA1c      | [%]     | 6.9 ●  |
| 尿糖         |         | +      |
| 尿酸         | [mg/dL] | 7.6 ●  |
| Ht         | [%]     | 55 ●   |
| Hb         | [mg/dL] | 12 ●   |
| 赤血球数       | [万/μL]  | 400 ●  |
| 白血球数       | [百/μL]  | 120 ●  |
| 血小板数       | [万/μL]  | 12.0 ● |
| 尿たんぱく      |         | —      |
| 尿潜血        |         | —      |
| クレアチニン     | [mg/dL] | 0.9    |

| 項目        | 基準値 |
|-----------|-----|
| 18.5～24.9 |     |

BMI（ボディ・マス・インデックス）とは、肥満度を表す指標で国際的に認められた計算方法です。その計算式は、 $BMI = \text{体重 (kg)} \div \{\text{身長 (m)} \times \text{身長 (m)}\}$  で表されます。

## 肥満度

標準体重に対して、現在の体重の比率を表します。標準体重は、 $\text{身長 (m)}^2 \times 22$  で求められ、肥満度は、 $\text{実際体重} - \text{標準体重} \div \text{標準体重} \times 100$  でわかります。肥満度が高くなると、さまざまな生活習慣病のおそれがあります。肥満度10～20%未満は「やや肥満」（過体重）肥満度20%以上は「肥満」となります。

| 項目   | 基準値 |
|------|-----|
| 35以下 |     |

心筋や肝臓に多く含まれる酵素で、心筋梗塞や急性肝炎、アルコール性肝障害などで上昇します。

| 項目   | 基準値 |
|------|-----|
| 35以下 |     |

肝臓や心臓、筋肉細胞に多く含まれている酵素。肝細胞が破壊されると血中に流出します。急性肝炎、慢性肝炎、脂肪肝などで上昇します。

| 項目   | 基準値 |
|------|-----|
| 55以下 |     |

肝臓、胆のう、脾臓、腎臓などに多く含まれる酵素です。肝炎、肝硬変、心筋梗塞、胆石症などのときに高い値が出ます。長期飲酒者でも高い値を示すことがあります。

| 項目    | 基準値 |
|-------|-----|
| 340未満 |     |

肝臓の病気、骨肉腫、腎不全などで高くなります。

| 項目                           | 基準値 |
|------------------------------|-----|
| 男性：40.0～52.0<br>女性：33.0～45.0 |     |

ヘマクリット値のこと。血液の量に対する赤血球の割合を示しています。貧血だと低下します。

| 項目                           | 基準値 |
|------------------------------|-----|
| 男性：13.5～18.0<br>女性：11.5～16.0 |     |

赤血球に含まれるヘモグロビン量がわかります。貧血を起こすと低くなります。

| 項目                       | 基準値 |
|--------------------------|-----|
| 男性：420～570<br>女性：380～500 |     |

酸素を肺から各組織へ運ぶ働きがあります。貧血だと低くなり、赤血球増多症で増加。

| 項目    | 基準値 |
|-------|-----|
| 35～90 |     |

感染症などの原因となる細菌を殺す役割をもっています。そのため、細菌感染症があると増加しますが、ウイルス感染症では減少すること。白血病では、白血球数が増加します。

| 項目        | 基準値 |
|-----------|-----|
| 13.0～37.0 |     |

出血を止める役割をもっています。低くなると、出血を起こしやすくなったり、止まりにくくなります。血友病などの血液疾患、肝硬変などで減少します。

基準値は、社会保険新宿健康センターの値を参考にしました。  
ご不明な点は、主治医の先生に質問してみましょう。