

健康診断を受診された方へ

健康診断は受けただけで終わりにしては意味がありません。健康診断の大切な役割として、病気の早期発見だけでなく、自分自身の健康状態を継続的に把握し、生活習慣改善に活かすということがあります。健康診断結果をよくご理解頂き、ご自身の体の状態をチェックしましょう。過去の検査数値と比べて異常値に近づくなどの変化が見られたら、生活習慣を見直し、よい方向へ軌道修正していくことが大切です。

健康診断結果の判定区分のご説明

区分	判定	説明
A	異常なし	今回の健診では、特に問題となる異常は認めません。
B	軽度異常	軽度の変化が見られましたが、特に問題となる異常は認めません。
C	要経過観察	健康維持のために医師や保健師のアドバイスを参考にして、生活習慣を改善していく必要があります。次回の健康診断で経過を見ていきましょう。
D1	要治療	放置していると悪化する可能性が大きい状態です。1日でも早く受診し、医師の適切な指示を受けることで早期の回復が期待できます。
D2	要精密検査	適切な対処法を確認するために精密検査が必要です。早めに医療機関にて検査をし、適切な対処を行うタイミングを逃さないようにしましょう。
E	治療中	検査結果の内容にかかわらず、現在治療中の主治医の指示に従って、治療を継続ください。

健康診断結果からわかること（参考）

健診項目	基準値	検査で分かることなど
問診	-	自覚症状・家族歴・既往歴・服薬治療中の病気の有無・喫煙の有無等質問をもとにした医師の予備的診断です。
身長・体重	-	体重の急な増減は要注意です。
BMI	18.5～25未満	BMI値は身長に見合った体重かどうか判定する数値です。体重()kg÷身長()m÷身長()m
腹囲	85cm未満(男性) 90cm未満(女性)	内臓脂肪の蓄積状況は腹囲によく反映されることから、腹囲の測定値で過剰に蓄積していないかどうかをチェックします。
視力	0.7以上	眼の病気がないのに裸眼視力が0.7未満の場合は近視・乱視が考えられます。
聴力(1000Hzの低い音)	所見なし	1000Hzの低い音では30dB(音の大きさ)音が聞こえれば「所見なし」です。
聴力(4000Hzの高い音)	所見なし	4000Hzの高い音では40dB(音の大きさ)音が聞こえれば「所見なし」です。
最高血圧	130mmHg未満	血圧値によって心臓のポンプが正常に働いているか、また高血圧・低血圧かを判断します。
最低血圧	85mmHg未満	
尿蛋白	(-)	尿中の蛋白の有無を調べます。腎炎・起立性蛋白尿などで陽性の場合があります。
尿糖	(-)	尿中の糖の有無を調べます。血糖値が高いときに増えることがあります。
尿潜血	(-)	尿中に混じるごく微量の血液の有無を調べます。腎炎・尿道炎・尿路結石などで陽性になります。
ウロビリノーゲン	(±)	肝機能が阻害されているときに高くなりやすいのがウロビリノーゲンです。肝機能の異常や黄疸の有無などを把握するのにとも役立つ項目です。
胸部レントゲン	-	X線検査により肺、心臓などの異常の有無を調べます。古い結核、胸膜炎の跡などもチェックされるので、他の疾患と区別するため、再検査及びCT検査等により精密検査をする場合もあります。
心電図	-	心臓の筋肉が全身に血液を循環させるために拡張と収縮を繰り返すとき、微弱な活動電流が発生します。その変化を波形として記録し、その乱れから病気の兆候を読み取ろうとするのが心電図検査です。
胃部レントゲン	-	造影剤のバリウムを服用し、X線を用いて付着したバリウムの貯留状態や通過状態等により食道・胃・十二指腸の粘膜に潰瘍、ポリープ、腫瘍が無いかを調べます。
便潜血反応検査	(-)	陽性(+)の場合は、便に血が混ざっています。大腸ポリープ、大腸がん、痔などが考えられます。
総コレステロール	140～199mg/dl	数値が高いと、動脈硬化、脂質代謝異常、甲状腺機能低下症、家族性高脂血症などが疑われます。低い場合は、栄養吸収障害、低βリポたんぱく血症、肝硬変などが疑われます。
中性脂肪	30～149mg/dl	体内の中でもっとも多い脂肪で、糖質がエネルギーとして脂肪に変化したものです。数値が高いと動脈硬化を進行させます。低いと、低βリポたんぱく血症、肝硬変などが疑われます。
HDLコレステロール	40～119mg/dl	善玉コレステロールと呼ばれるものです。血液中の悪玉コレステロールを回収します。少ないと、動脈硬化の危険性が高くなります。数値が低いと、脂質代謝異常、動脈硬化が疑われます。
LDLコレステロール	60～119mg/dl未満	悪玉コレステロールとよばれるものです。LDLコレステロールが多すぎると血管壁に蓄積して動脈硬化を進行させ、心筋梗塞や脳梗塞を起こす危険性を高めます。
β-リポ蛋白検査	250～500mg/dl	血中の脂質の濃度を大まかに測定することができます。β-リポ蛋白は脂質(リン脂質、中性脂肪、コレステロール)と結合して血液中に流れるため、β-リポたんぱく質を測定することで、血中の脂質の動きがわかります。

健診項目	基準値	検査で分かることなど	
肝機能	GOT (AST)	30U/L以下 心臓、筋肉、肝臓に多く存在する酵素です。	
	GPT (ALT)	30U/L以下 肝臓に多く存在する酵素です。数値が高い場合は急性肝炎、慢性肝炎、脂肪肝、肝臓がん、アルコール性肝炎などが疑われます。	
	γ -GTP (γ -GT)	50U/L以下 γ -GTPは、肝臓や胆道に異常があると血液中の数値が上昇します。数値が高い場合は、アルコール性肝障害、慢性肝炎、胆汁うっ滞、薬剤性肝障害が疑われます。	
	ALP	110~350U 肝臓から十二指腸にいたる胆汁の流出経路に異常があるかどうかを調べます。数値が高い場合は、閉塞性黄疸、肝臓疾患、胆石、胆道系のがんなどが疑われます。	
	ZTT	4.0~12.0U TTTだけが高値の場合は急性肝炎、TTTとZTTがともに高値の場合は慢性肝炎が考えられます。なお、高脂血症ではTTT、膠原病や慢性感染症ではZTTが高値を示します。いずれも単独では肝臓疾患を特定できませんので、血液検査での他の数値や、他の検査と組み合わせて、総合的に判断する必要があります。	
	TTT	4.0U以下	
	総蛋白	6.5~8.0g/dL 血液中の総たんぱく質の量を表します。数値が低い場合は栄養障害、ネフローゼ症候群、がんなど、高い場合は多発性骨髄腫、慢性炎症、脱水などが疑われます。	
	LDH	120~260u/L 急性肝炎や慢性肝炎などの肝臓病、腎不全、悪性貧血などの血液病、筋ジストロフィーなどの骨格筋の病気、様々な臓器のがんなど、多くの病気で血液中に増加するので、これらの病気を発見するスクリーニング検査として用いられています。	
	HBs抗原	(-) B型肝炎ウイルスに感染していないかを調べます。陽性の場合、現在B型肝炎ウイルスが体内にいることを意味します。	
HCV抗体	0.9以下 C型肝炎ウイルスに感染していないかを調べます。		
代謝系	空腹時血糖	100mg/dl未満 糖とは血液中のブドウ糖のことで、エネルギー源として全身に利用されます。測定された数値により、ブドウ糖がエネルギー源として適切に利用されているかがわかります。数値が高い場合は、糖尿病、膵臓癌、ホルモン異常が疑われます。	
	随時血糖	140mg/dl未満 食事の時間と関係なく測定した血糖値です。正常の場合は140mg/dLをこえることはありません。	
	HbA1c	5.5%以下 過去1~2ヶ月の血糖の平均的な状態を反映するため、糖尿病のコントロールの状態がわかります。	
	尿酸	2.1~7.0mg/dl この検査では尿酸の産生・排泄のバランスがとれているかどうかを調べます。高い数値の場合は、高尿酸血症といえます。高い状態が続くと、結晶として関節に蓄積していき、突然関節痛を起こします。これを痛風発作といえます。また、尿路結石も作られやすくなります。	
血液一般	ヘマトクリット	38.5~48.9% (男性)	血液全体に占める赤血球の割合をヘマトクリットといいます。数値が低ければ鉄欠乏性貧血などが疑われ、高ければ多血症、脱水などが考えられます。
		35.5~43.9% (女性)	
	ヘモグロビン	13.1~16.6g/dl (男性)	血色素とは赤血球に含まれるヘムたんぱく質で、酸素の運搬役を果たします。減少している場合、鉄欠乏性貧血などが考えられます。
		12.1~14.6g/dl (女性)	
	赤血球	400~539 ($\times 10^4/mm^3$) (男性)	赤血球は肺で取り入れた酸素を全身に運び、不要となった二酸化炭素を回収して肺へ送る役目を担っています。赤血球の数が多すぎれば多血症、少なすぎれば貧血が疑われます。
		360~489 ($\times 10^4/mm^3$) (女性)	
血小板数 (PLT)	13.0~34.9g/dl 血小板は、出血したとき、その部分に粘着して出血を止める役割を果たしています。		
白血球	3200~8500 mm^3 数値が高い場合は細菌感染症にかかっているか、炎症、腫瘍の存在が疑われますが、どこの部位で発生しているかはわかりません。たばこを吸っている人は高値となります。少ない場合は、ウイルス感染症、薬物アレルギー、再生不良性貧血などが疑われます。		
腎機能	クレアチニン	1.00mg/dl以下 (男性)	筋肉量が多いほどその量も多くなるため、基準範囲に男女差があります。腎臓でろ過されて尿中に排泄されます。数値が高いと、腎臓の機能が低下していることを意味します。
		0.70mg/dl以下 (女性)	
	eGFR (推算糸球体濾過量)	60.0以上 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おり、この値が低いほど腎臓の動きが悪いということになります。	
尿素窒素 (BUN)	8.0~20.0mg/dl 尿素窒素の値が高かった場合、主に急性腎炎、慢性腎炎、腎臓結石など、腎臓の病気に加え、尿路閉塞、消化管出血、腸閉塞、腹膜炎などを疑うことができます。逆に尿素窒素の値が低い場合、栄養不足、拒食症、肝硬変などが考えられます。栄養不足などでタンパク質が足りないときにも数値が低下します。		

○ 検査項目は、労働安全衛生法に基づく内容や事業所指定項目、特定健診項目等ございます。今回受診された項目の参考にご使用ください。