

検査結果の見方

～あなたの数値を記入し、該当する□に✓してみましょう！～

		あなたの数値	基準範囲	保健指導が必要	受診が必要	検査の目的・考え方	
BMI (体格指数) ★			<input type="checkbox"/> 18.5～24.9	<input type="checkbox"/> 18.4以下 25以上		肥満度の目安。 <BMI=体重(kg)÷身長(m) ÷身長(m)>	
腹囲 ★		cm	<input type="checkbox"/> 男性 84.9以下 <input type="checkbox"/> 女性 89.9以下	<input type="checkbox"/> 85以上 <input type="checkbox"/> 90以上		内臓脂肪の蓄積を調べる。	
血圧 ★	収縮期	mmHg	<input type="checkbox"/> 129以下	基準範囲、 受診が必要な値の どちらからも外れる 場合は、保健指導の 必要な値です。	<input type="checkbox"/> 140以上	血管にかかる圧力を調べ、 高血圧症の診断に利用する。	
	拡張期	mmHg	<input type="checkbox"/> 84以下		<input type="checkbox"/> 90以上		
脂質	中性脂肪 ★	mg/dl	<input type="checkbox"/> 149以下		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 300以上	血液中の脂質の量から、動脈硬化の進み具合を調べる。
	HDL コレステロール★	mg/dl	<input type="checkbox"/> 40以上		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 34以下	
	LDLコレステロール	mg/dl	<input type="checkbox"/> 119以下		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 140以上	
	non-HDL コレステロール	mg/dl	<input type="checkbox"/> 149以下		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 170以上	
肝機能	AST (GOT)	U/l	<input type="checkbox"/> 30以下		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 51以上	主に肝臓の状態を判断する。疑われる代表的な疾患としては、肝炎(アルコール性・ウイルス性)や脂肪肝がある。
	ALT (GPT)	U/l	<input type="checkbox"/> 30以下		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 51以上	
	γ-GT (γ-GTP)	U/l	<input type="checkbox"/> 50以下		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 101以上	
糖尿病	空腹時血糖 ★	mg/dl	<input type="checkbox"/> 99以下		<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 126以上	糖尿病の危険度を調べる。HbA1cは、過去1～2カ月の血糖値の平均状態がわかる。
	HbA1c ★	%	<input type="checkbox"/> 5.5以下	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 6.5以上		
	尿糖		<input type="checkbox"/> (－)	<input type="checkbox"/>	(±) 以上	陽性の場合、糖尿病が疑われる。	
貧血	血色素量 (ヘモグロビン)	g/dl	<input type="checkbox"/> 男性 13.1以上 <input type="checkbox"/> 女性 12.1以上	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 12.0以下 <input type="checkbox"/> 11.0以下	貧血の有無を調べる。低い場合は貧血など、高い場合は多血症や脱水などが疑われる。	
		痛風	血清尿酸	mg/dl	<input type="checkbox"/> 7.0以下		<input type="checkbox"/>
腎機能	血清クレアチニン	mg/dl	<input type="checkbox"/> 男性 1.1未満 <input type="checkbox"/> 女性 0.8未満	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 1.30以上 <input type="checkbox"/> 1.00以上	腎臓の機能を示す。尿潜血は、尿路系の病気がある場合にも陽性となる。	
		eGFR (推算糸球体ろ過量)	ml/分/1.73m ²	<input type="checkbox"/> 60.0以上	<input type="checkbox"/>		<input type="checkbox"/> 44.9以下
	尿たんぱく		<input type="checkbox"/> (－)	<input type="checkbox"/>	(±) 以上		
	尿潜血		<input type="checkbox"/> (－)	<input type="checkbox"/>	(±) 以上		
栄養状態	血清アルブミン	g/dl	<input type="checkbox"/> 3.9以上	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> 3.6以下	低い場合、栄養状態が良くないことが疑われる。	

*検査基準値は、厚生労働省「標準的な健診・保健指導プログラム(平成30年度版)」または、人間ドック学会作成の判定区分(2020年4月1日改定)を元に作成しています。また基準範囲は検査機関によっても若干異なることがあります。



◇メタボリックシンドロームのリスクが出始めた方には、生活習慣の改善を促す特定保健指導のご案内を町より送付します。(★の項目が基準値からはずれた方や喫煙中の方などが対象となります)案内があれば、是非活用しましょう。



結果のわからないところは、お医者さんに聞いてみましょう！町の保健師・管理栄養士による健康相談もお気軽にご利用ください。