

## 特定健康診査の主な検査項目と検査でわかること

検査項目 <単位>		基準値	※保健指導 判定値	※受診勧奨 判定値	要受診	この検査でわかること
※BMI (身長・体重)		18.5~24.9	25以上			身長と体重の割合で、肥満か否かを判定する。
腹囲 <cm>		男性85未満 女性90未満	男性85以上 女性90以上			内臓脂肪型肥満の疑いがあるかどうかを調べる。
血圧 <mmHg>		収縮期130未満 拡張期85未満	収縮期130以上 拡張期85以上	収縮期140以上 拡張期90以上	収縮期160以上 拡張期100以上	血圧が高いと動脈硬化が進行し、脳卒中の危険性が高まる。 加齢とともに収縮期血圧が高くなりやすい。
血糖 検査	空腹時血糖 <mg/dL>	100未満	100以上	126以上	126以上	血糖とは血液中のブドウ糖のことで、糖尿病発見の手がかりとなる。
	HbA1c <%>	5.6未満	5.6以上	6.5以上	6.5以上	長期間の血糖コントロールの目安となり、糖尿病検査として重要。
血中 脂質 検査	中性脂肪 <mg/dL>	150未満	150以上	300以上	1,000以上	増えるとHDLコレステロールが減少する。増えすぎると肥満や脂肪肝の原因になる。
	HDLコレステロール <mg/dL>	40以上	40未満	35未満		値が高いほど、動脈硬化や心臓病になる危険性が低い。
	LDLコレステロール <mg/dL>	120未満	120以上	140以上	180以上	増えすぎると、血管壁にたまり、単独で動脈硬化を進行させる。
肝機能 検査	GOT(AST) <U/L>	30以下	31以上	51以上		これらはトランスアミナーゼといわれる酵素で、特に肝臓の異常発見に大きな威力を発揮する。
	GPT(ALT) <U/L>	30以下	31以上	51以上		
	γ-GTP(γ-GT) <U/L>	50以下	51以上	101以上		主に肝臓や腎臓、膵臓などに含まれる酵素で、肝臓や胆道に障害があると増加する。
尿 検査	尿糖	陰性(-)	弱陽性(±)	陽性(+)以上		糖尿病で血糖値が異常に高い状態が続くと尿に糖が出る。 糖尿病発見の手がかりになる。
	尿蛋白	陰性(-)		弱陽性(±)	陽性(+)以上	腎臓の病気を見つける手がかりになる。
腎機能 検査	クレアチニン <mg/dL>	男性1.00以下 女性0.70以下				腎機能が低下していると高値になる。
	尿酸 <mg/dL>	2.1~7.0				痛風発生の危険性がわかる。

※BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)

※保健指導判定値…生活習慣の改善が必要です。

※受診勧奨判定値…(必要に応じて)医師の判断により受診をお勧めします。