

健康診断結果の見方

健診項目		説明
身体計測	身長・体重	急な増減は注意が必要です。→理由もなく体重が減る場合は医師に御相談ください。急激な増加は生活習慣を見直してください。
	BMI	肥満・やせを判定します。 BMI (体重kg÷身長m÷身長m) 25以上は肥満です。
	腹囲	内臓脂肪蓄積の目安となります。 男性85cm 女性90cm以上でメタボリックシンドロームの基準該当です。
聴力		難聴の有無や程度を調べます。
眼科	視力	急激な視力低下があれば眼科で御相談下さい。
	眼圧	眼球内の圧力を調べます。主に緑内障を調べます。
	眼底	高血圧や糖尿病による血管の変化、動脈硬化や緑内障などの疑いを調べます。
血圧		血圧が高いと脳卒中、心疾患の危険が高くなります。高血圧の判断には定期的な測定が必要です。→高い値(150/90)が続く場合は医師に御相談下さい。「塩分とりすぎ注意」「野菜をしっかりとりましょう」「適度な運動をしましょう」「肥満の方は減量しましょう」
脂質系	総コレステロール	高値で動脈硬化、心疾患、脳血管障害を起こす原因となります。
	中性脂肪	糖分(主食・アルコール・甘い物)のとりすぎ・運動不足で増えLDLコレステロールを増やし動脈硬化を進めます。→高値の場合は「糖分のとりすぎ注意」「適度な運動をしましょう」「腹八分目の食事を心がけましょう」
	HDLコレステロール	血管壁にたまったLDLコレステロールを肝臓にもどす働きがあります。低値は動脈硬化の原因になります。
	LDLコレステロール	高値では血管壁にたまり動脈硬化の原因になります。→高値の場合は「動物性脂肪とりすぎ注意」「野菜をしっかりとりましょう」「適度な運動をしましょう」
肺機能		肺が膨らむことのできない病気(間質性肺炎・肺線維症など)、吸い込んだ空気を早く吐けない病気(COPD・喘息など)がわかります。→肺の健康を保つには「禁煙」と「運動習慣」が大切です。
肝機能	総ビリルビン	肝臓や胆管の障害や赤血球の過剰な破壊などで高値を示すと黄疸になります。他の検査値に異常がない場合は心配のない体質性黄疸が考えられます。
	AST (GOT)	代表的な肝機能の指標であり肝炎、脂肪肝などで高値となります。またASTは骨格筋、心筋、赤血球の破壊でも上昇します。ALTは肝臓に特異性が高く肝炎の状態の重要な指標となります。
	ALT (GPT)	
	γ-GTP	肝、胆道系障害の指標です。アルコール性肝疾患、薬剤性肝炎などで高値となります。
	LDH	ほとんどの臓器にある酵素で肝障害、貧血、炎症、心筋梗塞などで上昇します。
	コリンエステラーゼ	肝炎、肝硬変で低値となります。他、悪性腫瘍、低栄養状態でも低値となります。
	総蛋白	栄養状態や肝、腎機能などの指標となります。
	アルブミン	蛋白の一種で肝硬変、腎臓病で低下します。また低栄養でも低下します。
	ALP	肝臓、胆道、骨、甲状腺機能亢進症などで高値となります。
肝臓の健康を保つためには飲酒する方は「禁酒」または「減酒」を心がけましょう。「バランスのとれた食事」「運動習慣」が大切です。肥満の方は減量を心がけて下さい。		
肝炎	HBs抗原	陽性(+)の場合B型肝炎ウイルスを保有していると考えられ、詳しい検査を行う必要があります。
	HBs抗体	陽性(+)の場合過去にB型肝炎に感染し、現在は免疫がついている状態です。予防接種を受けた方も(+)となります。
	HCV抗体	陽性(+)の場合過去にC型肝炎に感染したか現在感染状態かが考えられ、詳しい検査を行う必要があります。
膵	血中アミラーゼ	デンプンを分解する消化酵素で膵臓から多量に分泌されるため膵障害の指標となります。また唾液腺からも分泌されます。

糖尿病	血糖	血液中のブドウ糖の値のことで糖尿病の有無や程度を判断するための検査。食事による変動が大きいため食後時間を考慮し状態を判定します。
	HbA1c	過去1~2ヶ月の平均的な血糖値を反映する検査です。血糖コントロールの指標となります。
	尿糖	糖尿病、腎機能障害などで陽性となります。
	血糖高めの方は「間食、飲酒量を減らす」「適度な運動をする」「腹八分目の食事を心がける」など生活習慣を見直すことが大切です。糖尿病の確定診断がついた方は、かかりつけ医と御相談下さい。	
腎機能	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場合があります。
	尿潜血	尿中の血液の有無を調べます。腎炎、尿路感染症、尿路結石、ガンなどで陽性となります。
	ウロビリノーゲン	肝・胆道疾患、発熱、運動後などで陽性となります。
	アセトン体	糖尿病、肥満、嘔吐、下痢、脱水などで陽性となります。
	尿素窒素	腎機能が低下すると血液中に増加します。蛋白摂取量が多いと高値となります。
	クレアチニン	腎機能が低下すると血液中に増加します。激しい運動後や筋肉の多い方は高値となることがあります。
	eGFR	血清クレアチニン値をもとに年齢、性別を考慮して算出した糸球体濾過量のことで腎機能悪化で低下します。
	尿沈渣	尿の詳しい検査です。腎泌尿器科疾患（腎炎、尿路感染症など）の指標となります。
腎臓の健康を保つには「塩分をひかえめに」「禁煙」「糖尿病を悪化させないこと」など大切です。		
尿酸		高値が続く場合（高尿酸血症）、痛風発作や尿路結石、腎障害などの原因となります。
血液一般	白血球	白血球には細菌やウイルスなど異物を排除する働きがあり、感染症などの炎症性疾患で高値となります。非常に高い値、低い値は血液の病気の疑いがあります。
	血小板	血小板は血液を凝固させる働きがあり、減少すると出血しやすくなります。
	赤血球	貧血症では減少し、多血症では増加します。貧血症の方は「鉄分をしっかり取る」「タンパク質も十分取る」など食事に気をつけましょう。またガンなど重大疾患の場合がありますので原因疾患の検査が必要です。
	ヘモグロビン・ヘマトクリット	
	血清鉄	鉄欠乏性貧血などで低値となります。
血清・免疫	RF	リウマチ因子の有無を調べます。
	CRP	体内に急性の炎症や組織に損傷があるとき高値となります。
	RPR・TPHA	梅毒の有無を調べます。
	ASLO	溶連菌感染の有無を調べます。
腫瘍マーカー	PSA	前立腺がんの他、前立腺の良性疾患でも高値となります。
	CA125	卵巣がんの他、子宮筋腫、消化器がんなどでも高値となります。
	CEA	消化器、呼吸器系のがんで高値になります。また高齢者や喫煙者では若干高値になる傾向があります。
	CA19-9	膵臓、胆道がんで高値を示す他、消化器、乳、肺がん、また膵炎、胆石などでも高くなります。
	AFP	肝臓がんの他、肝臓の病変指標となります。
胸部X線		X線写真を撮って肺がん、肺炎、結核などの肺の病気や心臓の異常などについて調べます。
心電図		不整脈や心肥大などの有無、心筋梗塞など心臓の異常を調べます。
胃部	X線検査	レントゲンで食道、胃、十二指腸の病気の有無を調べます。
	内視鏡検査	胃カメラで写真を撮って食道、胃、十二指腸の病気の有無を調べます。必要時、細胞組織をとり検査を行うことができます。ピロリ菌の有無も調べることができます。
腹部	超音波検査	肝臓、胆のう、膵臓、脾臓、腎臓に腫瘍や結石、ポリープなどがあるか調べます。
便	便潜血検査	下部消化管の出血の有無を調べ、大腸がん、潰瘍やポリープの発見の手がかりとします。他に胃潰瘍、胃がん、痔疾患で陽性となる場合もあります。
骨	骨密度	骨量を測定し、骨粗しょう症の有無、程度を調べます。
婦人科	子宮細胞診	子宮頸部の細胞をとって、子宮頸がんを疑うような異常細胞の有無を調べます。
	乳房	視・触診（診察）や超音波、X線等でしこりの有無を検査し乳癌の早期発見に役立っています。→月に1度自己検診を行いましょう。