

# 健康診断の結果の見かた

清野・川畑診療所

CABINET MEDICAL  
Dr SEINO et Dr KAWABATA

## 身体測定

身体測定	腹囲	おへその高さで測ったウエスト周囲の測定です。男性 85cm 以下、女性 90cm 以下が正常です。
	肥満度	標準体重からの過不足を%で示したものです。 -10~+10%が正常、10~20%はやや肥満、20%以上が肥満です。
	BMI	体重 kg / (身長 m) <sup>2</sup> で計算される指数で、25 以上を肥満と判定しています。

眼底	眼底カメラで写真を撮って、網膜の血管や視神経を直接観察する検査です。緑内障などの眼疾患の他に、高血圧による血管の変化や糖尿病、腎疾患、神経疾患などを診断することもできます。
----	--

血圧	正常血圧は 130/85 以下です。140/90 以上は高血圧で、以下のような重症度になります。 <ul style="list-style-type: none"><li>・軽症高血圧 140~159 /90~99</li><li>・中等度高血圧 160~179 /100~109</li><li>・重症高血圧 180~ /110~</li></ul> 中等度以上の高血圧は治療が必要です。 運動、減塩、体重減少、アルコール制限などで低下しなければ、降圧薬の内服が必要となります。
----	--

## 画像検査

胸部	心電図 安静時 1 2 誘導	心臓の動きによって生ずる電気の動きを波形として記録する検査です。不整脈（心房細動、上室性頻拍、心室性期外収縮など）、虚血性心疾患（狭心症、心筋梗塞）、心肥大などを調べることができます。
	胸部 X 線	肺や心臓の基本的な検査です。肺癌、肺炎、肺結核、慢性閉塞性肺疾患（肺気腫）などの呼吸器疾患の他、心拡大や胸部大動脈瘤などの循環器疾患の評価ができます。
腹部	上部消化管 X 線造影	バリウムで上部消化管を造影し、テレビモニターで観察すると同時に X 線撮影を行い、食道、胃、十二指腸の形や粘膜の変化をみる検査です。食道炎、食道癌、胃炎、胃潰瘍、胃癌、十二指腸潰瘍などが診断できますが、確定診断には内視鏡検査が必要なことがあります。
	腹部超音波	肝臓、胆のう、胆管、膵臓、腎臓、脾臓、前立腺、子宮などの形や大きさをみる検査です。結石や腫瘍だけでなく、肝炎や脂肪肝、慢性腎障害の所見なども見つけることができます。のう胞と呼ばれる水のたまった袋様の変化は肝臓や腎臓によく認められますが、治療の対象ではありません。数 mm 大の胆のうポリープもよく見つかりますが、ほとんどが良性です。
肺機能	肺活量	間質性肺炎、結核後遺症、肺切除後などで低下します。肺活量の正常値は 80% 以上です。
	一秒量、一秒率	気管支喘息や慢性閉塞性肺疾患で低下します。一秒率の正常値は 70% 以上です。
骨密度、YAM		骨粗鬆症の検査です。若年成人平均値 (YAM) の何%にあたるかで評価します。 YAM 80% 以上が正常、YAM 70~80% が骨塩減少、YAM 70% 以下が骨粗鬆症です。

## 尿・便の検査

尿検査	尿蛋白	腎臓に障害が起こると陽性となります。激しい運動や過労、生理前後などにも陽性が出る場合があります。
	尿潜血	腎臓に障害が起こると陽性となります。また、尿管や膀胱に結石や腫瘍ができた場合も陽性になります。激しい運動や過労、長時間の立仕事、生理中などは陽性となることがあります。
	尿糖	血糖値が高くなると陽性になります。ただし、血糖値が正常なのに尿糖が陽性となったり、逆に血糖値が高くても尿糖が陰性になる場合もあるので注意が必要です。
	尿ウロビリノーゲン	肝疾患や黄疸が出たりするときに高値となります。過労や発熱でも上昇します。

便	便潜血	便の中の微量の出血を調べる検査です。大腸癌やポリープがあると陽性になるため、陽性の場合は大腸内視鏡検査が必要です。但し痔などによる出血でも、陽性となることがあります。
---	-----	---

## 血液検査

	項目	臨床的意義
血液 血球 検査	白血球数	免疫（細菌や異物の侵入に対して防御するシステム）に関係する血液中の細胞の数です。細菌感染で増加し、血液疾患で減少または増加します。
	赤血球数	酸素を全身に送る血液中の細胞の数です。慢性の出血、血液疾患などで低下し、これを貧血と言います。また、喫煙や呼吸障害、血液疾患などで増加し、これを多血症と言います。
	血色素量	赤血球に含まれている酸素と結合する蛋白質の濃度。貧血で低下し、多血症で増加します。
	ヘマトクリット	血液全体に占める赤血球の割合です。貧血で低下し、多血症で増加します。
	MCV, MCH, MCHC	一つの赤血球あたりの大きさ、血色素量および血色素濃度を示します。
	血小板数	出血した血液を止める働きをする細胞の数です。一般に血小板が10万個以下になると血は止まりにくくなり、5万個以下になると、何もしないのに鼻血や歯肉出血を認めたりします。
	白血球像	白血球の種類についての検査で、感染症やアレルギーなどの疾患によって、それぞれの白血球の比率が異なってきます。
肝 機能	総蛋白	慢性肝炎などの慢性炎症で上昇します。栄養不良、肝機能障害、腎疾患などで低下します。
	アルブミン	肝臓で作られる血液中のタンパク質の一種です。肝機能障害や栄養不良、慢性炎症などの消耗性疾患、ネフローゼなどの腎疾患などで低下します。
	ZTT	免疫に関与するγ-グロブリンというタンパクが上昇すると上がります。慢性肝炎や肝硬変、リウマチなどの膠原病、多発性骨髄腫などで上昇します。
	AST, ALT	いずれも肝臓の細胞の障害により上昇します。ASTは肝臓の他、心臓、筋肉にも含まれ、ALTは主に肝臓に含まれます。脂肪肝はALTが、アルコール性肝障害はASTが高めになります。
	LDH	糖分がエネルギーに変わる時に働く酵素の一種で、肝臓の他、心臓、筋肉、悪性腫瘍の中にも含まれるため、これらの臓器に異常があり破壊されると血液中に流れ出て高値となります。
	Ch-E (コリンエステラーゼ)	Ch-Eは、肝臓で作られる酵素で肝臓の障害で低下します。ネフローゼ症候群、脂肪肝、甲状腺機能亢進症、糖尿病で上昇し、慢性肝炎、肝硬変、肝臓がん、膠原病で低下します。
	ALP, γ-GT	肝臓で合成される消化液(胆汁)の流れが滞ると上昇します。胆石症など胆のうや胆管の疾患で上昇します。γ-GTはアルコール摂取過剰でも上昇することが多い指標です。
膵 機能	アミラーゼ	でんぷんなどを分解する消化酵素のひとつで、主に膵臓や唾液腺から分泌されます。膵臓や膵管に障害があると血液中で上昇します。唾液腺からの分泌により、膵臓が正常でも高値となることがあります。慢性膵炎は主にアルコールの多飲に起因して発病します。
腎 機能	尿素窒素	体内で蛋白質が分解されてできる老廃物で、腎臓の機能が低下すると血液中に残って濃度が上昇します。蛋白質の大量摂取や妊娠、運動などで上昇することがあります
	クレアチニン	筋肉のたんぱく質が分解された後にできる老廃物で、腎臓の機能が低下すると血液中に残って濃度が上昇します。0.1の違いでも大きく腎機能に影響するため注意が必要です。
尿酸	尿酸	細胞内にあった核酸の代謝されたものです。高値になると足の関節の中で結晶となり、痛風や尿路結石の原因となります。プリン体を多く含む食事(肉、レバーなど)に影響を受けます。
脂 質	総コレステロール LDLコレステロール HDLコレステロール 中性脂肪	LDLコレステロールは悪玉コレステロールで、動脈硬化を進行させ、心臓病、脳卒中などの原因となります。HDLコレステロールは善玉コレステロールで、動脈硬化を予防する働きがあり、少ない場合は動脈硬化のリスクとなります。中性脂肪は、油分だけではなく炭水化物など過剰な栄養分が体内で変化して作られます。体脂肪のほとんどを占める脂質で、脂肪肝の原因となります。総コレステロールは、これらの脂質の総和です。
	空腹時血糖	血液中のブドウ糖の濃度です。空腹時血糖 126以上だと糖尿病の可能性が高くなります。
糖 代謝	HbA1c (ヘモグロビンA1c)	赤血球に含まれるヘモグロビンとブドウ糖が結合したもので、長期間(1~3ヶ月前)の血糖状態を反映する指標です。6.1%以上の場合、糖尿病の可能性が高くなります。
	CRP	炎症があると上昇します。かぜなどのウイルス感染でも軽度上昇します。
腫 瘍 マ ー カ	CEA	胃癌や大腸癌などの消化器癌や肺癌で上昇します。喫煙者は高値となることがあります。
	PSA	前立腺癌で上昇しますが、前立腺肥大や前立腺炎などで上昇することもあります。
	CA19-9	膵臓癌や胆のう癌、胆管癌で上昇します。胆管炎や膵炎などでも高値となることがあります。
連 胃 腸 関	抗ヘリコバクターピロリ抗体	ピロリ菌は胃の中に住み着いていることがあり、胃十二指腸潰瘍、慢性胃炎の原因となります。健康保険の適応で除菌できる場合があります。陽性の場合、除菌治療についてご相談ください。
	ペプシノーゲン	血液に含まれる胃から分泌される消化酵素の前駆物質です。陽性の場合、胃粘膜の萎縮や炎症が強いことがあり胃癌の原因となることもあるため、内視鏡検査についてご相談ください。