

## 検査項目の説明と基準値

検査項目		検査の説明	基準値
腹囲		お腹周りに脂肪がついた内臓脂肪型肥満はメタボリックシンドロームの元凶。	男 85cm未満 女 90cm未満
尿検査	糖	糖尿病発見の手がかりに。糖尿病で血糖値が異常に高くなると尿にたくさん糖がでるようになる。	陰性 (-)
	蛋白	腎臓の病気を見つける手がかりになる。	陰性 (-)
	潜血	腎臓、尿管、膀胱、尿道などの異常発見の手がかりになる。	陰性 (-)
血液検査	LDL コレステロール	LDLは肝臓から運ばれてくるコレステロールで、LDLが多いと動脈硬化が進行する。	60 ~ 119mg/ dℓ
	総コレステロール	動脈硬化の進行具合を調べる。血液中にコレステロールが多くなりすぎると動脈硬化の原因に。	140 ~ 199mg/ dℓ
	HDL コレステロール	総コレステロール中に占める比率が高いほど、動脈硬化や心臓病になる危険性が低い。	40 ~ 119mg/ dℓ
	中性脂肪	増えすぎると脂肪肝や動脈硬化の原因になる。中性脂肪が増えるとHDLコレステロールが減少する。	30 ~ 149mg/ dℓ
	GOT / GPT	これらはトランスアミナーゼといわれる酵素で、肝臓や心臓の異常発見に大きな威力を発揮する。	GOT 30 IU/ℓ以下 GPT 30 IU/ℓ以下
	γ-GTP	おもに肝臓や腎臓、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。	50 IU/ℓ以下
	クレアチニン	老廃物の一種で、腎臓の機能が低下すると排泄できなくなり、血液中に増加する。	男 1.0mg/ dℓ以下 女 0.7mg/ dℓ以下
血糖検査 (グルコース)		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になる。	99mg/ dℓ以下 (空腹時)
心電図検査		心臓が伸縮するとき発生するごく弱い電流の変化を心電図計で読み取り、心臓の異常を調べる。	
眼底検査		眼底の血管の状態を調べ、高血圧や動脈硬化の進行度、眼球の病気などの発見の手がかりにする。	
貧血検査	赤血球数	ヘマトクリット、ヘモグロビンとともに貧血を見つける手がかりの一つになる。	男 400 ~ 539 万個 / mm <sup>3</sup> 女 360 ~ 489 万個 / mm <sup>3</sup>
	ヘマトクリット	一定量の血液に含まれる血球の容積の割合を調べる。減少すると貧血が疑われる。	男 38.5 ~ 48.9% 女 35.5 ~ 43.9%
	ヘモグロビン	赤血球中に含まれる蛋白の一種で、減少すると貧血が疑われる。	男 13.1 ~ 16.6g/ dℓ 女 12.1 ~ 14.6g/ dℓ
ヘモグロビン A1C 検査 (NGSP 値)		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。	5.5% 未満
血圧測定	収縮期血圧 (最高血圧)	心臓が血液を送り出す能力、血管の弾力などがわかります。血圧が高いと動脈硬化が促進されますので、脳卒中や虚血性心疾患などの予防をする上で重要な情報になります。	129mmHg 以下
	拡張期血圧 (最低血圧)		84mmHg 以下