

## 検査では何を見ているの？

健診の約1か月後、健診結果説明会を開きます。「定期健康診断結果一覧」(最大4年分)をお渡しし、みなさんの健診結果を、保健師が個別に説明します。時間はあまりかかりません。健診を受けるだけでなく、その結果を知り、健康の維持・改善に活かしましょう！

健診情報	生年月日	昭和29年05月01日
	受診日	平成23年06月08日
	受診番号	3
	階層化結果	情報提供

年齢	67歳	性別	男
----	-----	----	---

判定値を超えているデータには色が付いています 危険度 ▶  
4 5 6 7 8 9

### 多久 太郎 様 定期健康診断 結果一覧

		67歳		
		H23.6.8		
		基準値		
身体の大きさ	身長	cm	163.2	
	体重	kg	63.3	
	BMI	~24.9	23.8	
	腹囲	男女 ~ 85 cm未満 ~ 90 cm未満	78.6	
血管への影響 (動脈硬化の危険因子)	内臓脂肪の蓄積	中性脂肪	空腹 ~ 149 mg/dl 食後 ~ 199 mg/dl	155
		HDLコレステロール	40 ~ mg/dl	30
		AST (GOT)	~ 30 IU/l	17
		ALT (GPT)	~ 30 IU/l	18
		γ-GT (γ-GTP)	~ 50 IU/l	29
	障害	尿酸	~ 7 mg/dl	3
		血圧	収縮時	~ 129 mmHg
			拡張時	~ 84 mmHg
	栓化	ヘマトクリット	男女 ~ 45.9% ~ 45.9%	
		血色素(ヘモグロビン)	男女 13.1 ~ 17.9 g/dl 12.1 ~ 15.9 g/dl	
血糖			空腹 ~ 99 mg/dl 食後 ~ 139 mg/dl	治 180
インスリン抵抗性	HbA1c	~ 5.1%	治 7.5	
	尿糖	(-)	+	
その他の動脈硬化危険因子	総コレステロール	~ 199 mg/dl		
	LDLコレステロール	~ 119 mg/dl	137	
	心臓	心電図	異常なし	
	脳	眼底検査	HOSO	
血管変化	腎臓	血清クレアチニン	男女 ~ 1.29 mg/dl ~ 1.19 mg/dl	0.61
		尿蛋白	(-)	-
		尿潜血	(-)	-
腎機能_eGFR		60~	100	
階層化_結果		~情報提供	情報提供	
健診種別			集団	

(※) 正常値はひとりひとり違います。自分の基準値を確認しましょう。

内臓脂肪の状態が分かります。多いと血管が傷み、動脈硬化の危険因子となります。太ると血液量も増え、心臓(圧)に負担がかかります。(血液÷体重÷13)

肥満度が分かります  
BMI=22が最も病気になりやすい

内臓脂肪の蓄積状態を確認します

心臓から血液を送り出すときの血管への圧力と血管が元の太さに戻る圧力

尿酸はたんぱく質の結晶です。排泄できないと「チクチク」痛み血管を傷つけます。

食べ物のプリン体は体内で尿酸となり尿として身体の外へ排泄されます。アルコールやたんぱく質を取りすぎると、血液中に残ります

血液中の糖分はエネルギーとして必要ですが、適正量が決まっています。多いと脂肪として貯まっています。

血液中の糖分が何パーセントかが分かります

尿の中の糖分です。正常な場合(-)となります

腎臓は、血液をろ過して余分な水分や老廃物を尿として身体の外に出します。

タンパク質の老廃物

尿の中のたんぱく質です。正常な場合(-)となります

糸球体ろ過量のこと。血液をろ過する能力をみます。数値が低いほど働きが悪くなります

## みなさんの声にお答えします！

Q「健診は、去年受けたけれど、今年はやろうもん。どうもなか」

A 毎年受けて、結果を比べて見る必要があります。

Q「いざという時は、病院に行くさ。大丈夫、大丈夫、どうもなかけん」

A その「いざ」のタイミングが分かりますか？ 確実なのは予防です。

Q「健診を受けて、病気が発見されるのが怖くてイヤだ」

A 早く発見できると治療できることがほとんどです。手遅れになる前に行動を！

Q「仕事が忙しくて、自分の健康まで気が回らない。健診を受ける時間ももったいない」

A 健診は1年に1回のチャンスです。時間が調整できる個別健診を利用しましょう。

### 問い合わせ

健康増進課 健康増進係

☎ 75-33355

市民生活課 保険年金係

☎ 75-2159