

特定健診結果からあなたの身体の状態が分かります!!

全身の状態		検査の種類	検査項目		基準値(※1)	↓ こういうところを見えています ↓
身体の大きさ		身体計測	①	身長	cm	身長と体重からBMIを算出し、肥満ややせていないかを確認します。 BMI=体重÷身長 ² (m)
			②	体重	kg	
			③	BMI	18.5~24.9	
			④	腹囲	男 ~84.9cm 女 ~89.9cm	
血管への影響	内臓脂肪の蓄積	肝機能	⑤	AST(GOT)	~30U/l	肝臓は再生力が強くダメージが進行しないと、症状が現れません。肝臓に障害が起こればこの数値が高くなります。
			⑥	ALT(GPT)	~30U/l	
			⑦	γ-GT(γ-GTP)	~50U/l	
			⑧	収縮期血圧	130mmHg未満	
	血管の内皮障害	血圧	⑨	拡張期血圧	85mmHg未満	血圧が高いと動脈硬化が進行し、脳卒中の危険性が高まります。
			代謝系	⑩	尿酸	
	脂質異常	血中脂質		⑪	空腹時中性脂肪	~149mg/dl
				随時中性脂肪	~174mg/dl	
			⑫	HDLコレステロール	~119mg/dl	
			⑬	LDLコレステロール	~119mg/dl	
	高血糖・インスリン抵抗性	血糖	⑭	空腹時血糖	~99mg/dl	血液中に含まれる糖(血糖)の量がわかります。過剰な糖は体中の血管を傷つけ動脈硬化を招き、糖尿病に進みます。
				随時血糖	~99mg/dl	
			⑮	HbA1c(NGSP値)	~5.5%	
			⑯	尿糖	(-)	
	腎臓の働き	腎機能	⑰	尿蛋白	(-)	尿中に漏れ出した蛋白質を調べて、腎機能の異常を確認します。
			⑱	尿潜血	(-)	

検査の種類	検査項目	詳細健診の実施基準(※2)	基準値(※1)	↓ こういうところを見えています ↓
貧血	⑲ 赤血球	貧血の既往歴を有する方 視診等で貧血が疑われる方	男 400~539万/μl 女 360~489万/μl	貧血があるかどうか分かります。
	⑳ 血色素量		男 13.1~16.6g/dl 女 12.1~14.6g/dl	
	㉑ ヘマトクリット値		男 38.5~48.9% 女 35.5~43.9%	
心臓	㉒ 心電図	当日の健診結果等において、 ・収縮期血圧140mmHg以上の方 ・拡張期血圧90mmHg以上の方 または ・問診等において不整脈が強く疑われる方		心臓の状態を見えています。 不整脈や心臓肥大など 虚血性心疾患 を起す可能性があるかどうか分かります。
腎臓	㉓ 血清クレアチニン	当日の健診結果等において、下記の①血圧または②血糖のa~eのいずれかの基準に該当する方 ①血圧 a 収縮期血圧130mmHg以上 b 拡張期血圧85mmHg以上 ②血糖 c 空腹時血糖100mg/dl以上 d HbA1c5.6%以上 e 随時血糖 100mg/dl以上	男 ~1.0mg/dl 女 ~0.7mg/dl	血清クレアチニン値・年齢・性別からeGFR(糸球体ろ過量)を算出します。 CKD(慢性腎臓病)の指標であり、 腎機能 の評価をしています。
	eGFR	60.0以上		
眼・脳	㉔ 眼底検査	当日の健診結果等において、下記の①血圧または②血糖のa~eのいずれかの基準に該当する方 ①血圧 a 収縮期血圧140mmHg以上 b 拡張期血圧90mmHg以上 ②血糖 c 空腹時血糖126mg/dl以上 d HbA1c6.5%以上 e 随時血糖 126mg/dl以上 ※前年度の健診結果等において、上記②血糖のc~eのいずれかの基準に該当した方も含みます。		眼底は唯一、血管の様子を肉眼で見ることが出来ます。細小血管の変化を確認し、 糖尿病網膜症、脳卒中 を含む循環器病になる危険性を知り手掛かりになります。

★特定健診受診者のうち一定の基準(※2)に該当する方は、国の「医師の判断に基づくより詳細な健診」として、貧血検査・心電図検査・血清クレアチニン及びeGFR・眼底検査を実施します。ただし、実施基準(※2)に該当しない方も徳島県独自の追加健診項目として**貧血検査、心電図検査、血清クレアチニン及びeGFR**を受診者全員に実施します。

※1・2ともに厚生労働省健康局「標準的な健診・保健指導プログラム(令和6年度版)」等を参照。