

健康診査（特定健康診査）でわかること

●身体計測

項目	保健指導判定値	解説	この検査でわかること
身長・体重・BMI	BMI値25以上(BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m))	腹囲はメタボリックシンドローム判定のベース項目である内臓脂肪の蓄積を調べます。BMI値も肥満度を調べる指標として役立ちます。	・内臓脂肪型肥満
腹囲	男性：85cm以上 女性：90cm以上		

●血圧測定

項目	保健指導判定値	受診勧奨判定値	解説	この検査でわかること
収縮期血圧	130mmHg以上	140mmHg以上	数値が高いと血管に負担をかけ、血管を傷めることになり、動脈硬化を促進します。	・高血圧 ・動脈硬化
拡張期血圧	85mmHg以上	90mmHg以上		

●尿検査

項目	保健指導判定値	受診勧奨判定値	解説	この検査でわかること
尿糖	—	—	体に不要なものを尿として排出させる働きを持つ腎臓や尿の通り道に障害があると陽性反応(+)を示します。	・腎臓病 ・糖尿病
尿蛋白	—	—		

●血液検査

項目	保健指導判定値	受診勧奨判定値	解説	この検査でわかること	
脂質	HDLコレステロール	40mg/dℓ未満	HDLコレステロールは善玉コレステロールともいい、血管内のLDLコレステロール(悪玉コレステロール)を取り去り、動脈硬化を予防します。中性脂肪やLDLコレステロール値が高いと脂質が血管の内側に付着してたまり、動脈硬化を進めます。	・脂質異常症 ・動脈硬化	
	LDLコレステロール	120mg/dℓ以上			140mg/dℓ以上
	空腹時中性脂肪 または随時中性脂肪	150mg/dℓ以上 または175mg/dℓ以上			300mg/dℓ以上
血糖	空腹時血糖 または随時血糖	100mg/dℓ以上	血液中のブドウ糖の量を調べます。すい臓の働きが悪いと数値が高くなります。HbA1cは過去1~2か月の平均的な血糖の状態を調べることができます。	・糖尿病 ・動脈硬化	
	HbA1c (NGSP値)	5.6%以上			6.5%以上
肝機能	AST (GOT)	31U/L以上	肝機能障害の程度を示すもので、肝臓に障害があると数値が高くなります。	・肝炎(急性・慢性・ウイルス性、アルコール性) ・肝硬変 ・脂肪肝	
	ALT (GPT)	31U/L以上			51U/L以上
	γ-GT (γ-GPT)	51U/L以上			101U/L以上

※保健指導判定値・受診勧奨判定値は、厚労省「標準的な健診・保健指導プログラム」によります。