

◆ 主な健診の項目について

検査項目 (単位)	基準範囲 (異常なし)	検査の目的・検査で分かること	疑われる 病気等
体格指数: BMI (kg/m ²)	18.5~24.9	身長に見合った体重かどうかを判定する数値。 体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で算出する。 BMI:25以上を肥満、18.5未満をやせと判定する。	肥満、やせ など
腹囲 (cm)	男性:84以下 女性:89以下	内臓脂肪の蓄積の目安になる。基準値を外れた場合、内臓脂肪型肥満が疑われる。	内臓脂肪型肥満 など
血圧 (mmHg)	収縮期:129以下 拡張期:84以下	血圧値によって心臓のポンプが正常に働いているか、または高血圧化を判断する。	高血圧 低血圧
中性脂肪 (mg/dl)	30~149	体内の中でもっとも多い脂肪で、糖質がエネルギーとして脂肪に変化したもの。数値が高いと動脈硬化を進行させる。	脂質異常症 など
HDLコレステロール (mg/dL)	40以上	善玉コレステロールとよばれるもの。血液中の悪玉コレステロールを回収する。少ないと動脈硬化の危険性が高くなる。	
LDLコレステロール (mg/dL)	60~119	悪玉コレステロールとよばれるもの。LDLコレステロールが多すぎると血管壁に蓄積して動脈硬化を進行させる。	
AST (U/L)	30以下	心臓、筋肉、肝臓に多く存在する酵素。これらの臓器に障害があると値が高くなる。ASTのみ高い場合は心筋梗塞、筋肉疾患などが考えられる。	肝炎 脂肪肝 肝臓がん アルコール性肝炎 など
ALT (U/L)	30以下	肝臓に多く存在する酵素。これらの臓器に障害があると値が高くなる。	
Γ-GTP (U/L)	50以下	肝臓や胆道に異常があると値が高くなる。ウイルスや薬剤の影響を受けることもある。	
空腹時血糖	99以下	血糖とは、血液中のブドウ糖のことで、エネルギー源として全身に利用される。高い場合は糖尿病が疑われる。	糖尿病 など
HbA1c:ヘモグロビン エーワンシー (%)	5.5以下	過去1~2カ月の血糖値の状態を示すもの。値が高いと糖尿病の可能性が高まる。	
随時血糖	99以下	食事と採血時間との時間関係を問わないで測定した血糖値(糖負荷後の血糖値は除く)	
e-GFR (ml/分/1.73m ²)	60.0以上	腎臓が血液をどのくらい「ろ過」できるのかをみるもので、腎機能が低下すると数値が下がる。	腎臓病 など
血色素:ヘモグロビン	男性13.1以上 女性12.1以上	赤血球の中の赤い色素(ヘモグロビン)で、酸素を運ぶ働きをし。鉄分が不足すると減少する。	貧血など