

## 検査表の見方

### 身体計測

#### BMI 値

BMI 値は身長に見合った体重かどうかを判定する数値です。

体重÷身長÷身長で算出します。

	要注意	基準範囲*	要注意
体格指数 (BMI)	18.4 以下 (低体重)	18.5~24.9	25.0 以上 (肥満)

(単位 kg/m<sup>2</sup>)

\* 将来、脳・心血管疾患発症しうる可能性を考慮した基準範囲

### 血圧

#### 血圧値

血圧値によって心臓のポンプが正常に働いているか、また高血圧・低血圧かを判断します。

		基準範囲*	要注意	異常
血圧	収縮期血圧	129 以下	130~159	160 以上
	拡張期血圧	84 以下	85~99	100 以上

(単位 mm Hg)

\* 将来、脳・心血管疾患発症しうる可能性を考慮した基準範囲

### 眼

#### 視力

眼の病気がないのに裸眼視力が 0.7 未満の場合は**近視**・**乱視**が考えられます。

基準範囲	要注意	異常
1.0 以上	0.7-0.9	0.6 以下

#### 眼圧

眼球の中は房水という液体で圧力が保たれています。

眼圧が低いと**網膜剥離**、**外傷**などが、高いと**高眼圧症**、**緑内障**が疑われます。

## 心電図

心臓の筋肉に流れる電流を体表面から記録する検査です。電流の流れ具合に異常がないかがわかります。また1分間に電気が発生する回数である心拍数も測定されます。

[※別途用語解説集参照](#)

## 聴力

低音と高音の両者が聞こえるかを調べます。

1000Hzの低い音では30dB（音の大きさ）以下の音が聞こえれば正常です。

4000Hzの高い音では30dB以下が正常です。

それ以上でないと聞こえない場合は、**難聴**や**中耳炎**などが疑われます。

	基準範囲	要注意	異常
1000Hz	30dB 以下	35dB	40dB 以上
4000Hz	30dB 以下	35dB	40dB 以上

（単位 dB デシベル）

## 呼吸機能検査

大きく息を吸ったり吐いたりして、呼吸機能を評価する検査です。

### %肺活量

性別、年齢、身長から算出された予測肺活量に対して、あなたの肺活量が何%であるかを調べます。

80%以上が基準値です。79%以下では肺のふくらみが悪いことを意味し、**間質性肺炎**や**肺線維症**などが考えられます。

基準範囲	異常
80.0 以上	79.9 以下

（単位 %）

### 1秒率

最大に息を吸い込んでから一気に吐き出すとき、最初の1秒間に何%の息を吐きだせるかを調べます。

69.9%以下では**肺気腫**や**慢性気管支炎**などが考えられます。

基準範囲	異常
70.0 以上	69.9 以下

（単位 %）

## 胸部X線

肺炎、肺結核、肺がん、肺気腫、胸水、気胸など、呼吸器の疾患の有無、その程度がわかります。

[※別途用語解説集参照](#)

## 上部消化管X線

胃、十二指腸のポリープ、潰瘍(かいよう)やがんなどが発見できます。潰瘍やがんによって粘膜面に凹凸が生じて、バリウムの「たまり」や「抜け」として現れます。

[※別途用語解説集参照](#)

## 上部消化管内視鏡

食道がん、逆流性食道炎、胃炎、胃潰瘍、胃がん、胃ポリープ、十二指腸潰瘍などの病気の発見に有用です。

[※別途用語解説集参照](#)

## 腹部超音波

肝臓、すい臓、腎臓に腫瘍があるか、胆のうには胆石などがあるかを調べます。  
超音波検査では、超音波が入りにくい部分があるため、全域を観察できないことがあります。  
特にすい臓は奥深い場所にあるため、見にくくなります。

[※別途用語解説集参照](#)

## 血液検査

### 肝臓系検査

#### ◆総タンパク

血液中の総たんぱくの量を表します。

数値が低い場合は栄養障害、ネフローゼ症候群、がんなど、高い場合は多発性骨髄腫、慢性炎症、脱水などが疑われます。

異常	要注意	基準範囲	要注意	異常
5.9 以下	6.0~6.4	6.5~8.0	8.1~9.0	9.1 以上

(単位 g/dL)

#### ◆アルブミン

血液蛋白のうちで最も多く含まれるのがアルブミンです。

アルブミンは肝臓で合成されます。肝臓障害、栄養不足、ネフローゼ症候群などで減少します。

基準範囲	要注意	異常
4.0 以上	3.6~3.9	3.5 以下

(単位 g/dL)

#### ◆AST (GOT) と ALT (GPT)

AST (GOT ともいう) は、心臓、筋肉、肝臓に多く存在する酵素です。ALT (GPT ともいう) は肝臓に多く存在する酵素です。

数値が高い場合は急性肝炎、慢性肝炎、脂肪肝、肝臓がん、アルコール性肝炎などが疑われます。

GOT のみが高い場合は心筋梗塞、筋肉疾患などが考えられます。

	基準範囲	要注意	異常
AST	30 以下	31~50	51 以上
ALT	30 以下	31~50	51 以上

(単位 U/L ユニットパーリットル)

#### ◆ $\gamma$ -GTP

$\gamma$ -GTP は、肝臓や胆道に異常があると血液中の数値が上昇します。

数値が高い場合は、アルコール性肝障害、慢性肝炎、胆汁うっ滞、薬剤性肝障害が疑われます。

基準範囲	要注意	異常
50 以下	51~100	101 以上

(単位 U/L)

◆eGFR

基準範囲	要注意	異常
60.0 以上	50.0~59.9	49.9 以下

(単位 mL/分/1.73 m<sup>2</sup>による)

腎臓系検査

◆クレアチニン (Cr)

アミノ酸の一種であるクレアチンが代謝されたあとの老廃物です。筋肉量が多いほどその量も多くなるため、基準範囲に男女差があります。

腎臓でろ過されて尿中に排泄されます。

数値が高いと、腎臓の機能が低下していることを意味します。

	基準範囲	要注意	異常
男性	1.00 以下	1.01-1.29	1.30 以上
女性	0.70 以下	0.71-0.99	1.00 以上

(単位 mg/dL)

尿酸 (UA)

尿酸は、たんぱく質の一種であるプリン体という物質が代謝された後の残りかすのようなものです。

この検査では尿酸の産生・排泄のバランスがとれているかどうかを調べます。

高い数値の場合は、**高尿酸血症**といえます。高い状態が続くと、結晶として関節に蓄積していき、突然関節痛を起こします。これを**痛風発作**といえます。また、**尿路結石**も作られやすくなります。

要注意	基準範囲	要注意	異常
2.0 以下	2.1-7.0	7.1-8.9	9.0 以上

(単位 mg/dL)

脂質系検査

◆総コレステロール (TC)

血液中にはコレステロールという脂質がふくまれています。ホルモンや細胞膜をつくるうえで大切なものですが、増えすぎると動脈硬化を進め、心筋梗塞などにつながります。

数値が高いと、**動脈硬化**、**脂質代謝異常**、**甲状腺機能低下症**、**家族性高脂血症**などが疑われます。低い場合は、**栄養吸収障害**、**低βリポたんぱく血症**、**肝硬変**などが疑われます。

異常	基準範囲*	要注意	異常
139 以下	140~199	200~259	260 以上

(単位 mg/dL)

\* 将来、脳・心血管疾患発症しうる可能性を考慮した基準範囲

### ◆HDL コレステロール

善玉コレステロールと呼ばれるものです。血液中の悪玉コレステロールを回収します。少ないと、動脈硬化の危険性が高くなります。

数値が低いと、**脂質代謝異常、動脈硬化**が疑われます。

異常	要注意	基準範囲*	異常
29 以下	30~39	40~119	120 以上

(単位 mg/dL)

\* 将来、脳・心血管疾患発症しうる可能性を考慮した基準範囲

### ◆LDL コレステロール

悪玉コレステロールとよばれるものです。

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、**心筋梗塞**や**脳梗塞**を起こす危険性を高めます。

要注意	基準範囲*	要注意	異常
59 以下	60~119	120~179	180 以上

(単位 mg/dL)

\* 将来、脳・心血管疾患発症しうる可能性を考慮した基準範囲

### ◆中性脂肪 (TG) (トリグリセリド)

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です。数値が高いと動脈硬化を進行させます。

低いと、低βリポたんぱく血症、低栄養などが疑われます。

要注意	基準範囲*	要注意	異常
29 以下	30~149	150~399	400 以上

(単位 mg/dL)

\* 将来、脳・心血管疾患発症しうる可能性を考慮した基準範囲

## 糖代謝系検査

### ◆血糖値 (FPG)

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ます。

測定された数値により、ブドウ糖がエネルギー源として適切に利用されているかがわかります。

数値が高い場合は、**糖尿病、膵臓癌、ホルモン異常**が疑われます。

基準範囲*	要注意	異常
99 以下	100-125	126 以上

(単位 mg/dL)

\* 将来、脳・心血管疾患発症しうる可能性を考慮した基準範囲

◆HbA1C (NGSP)

HbA1c (ヘモグロビン・エーワン・シー) は、過去 1~2 ヶ月の血糖の平均的な状態を反映するため、糖尿病のコントロールの状態がわかります。

また、空腹時血糖 (FPG) が 126mg/dL 以上かつ HbA1c 6.5%以上なら糖尿病と判断します。

基準範囲*	要注意	異常
5.5 以下	5.6-6.4	6.5 以上

(単位 %)

\* 将来、脳・心血管疾患発症しうる可能性を考慮した基準範囲

血球系検査

◆赤血球 (RBC)

赤血球は肺で取り入れた酸素を全身に運び、不要となった二酸化炭素を回収して肺へ送る役目を担っています。

赤血球の数が多すぎれば**多血症**、少なすぎれば**貧血**が疑われます。

◆血色素 (Hb) (ヘモグロビン)

血色素とは赤血球に含まれるヘムたんぱく質で、酸素の運搬役を果たします。

減少している場合、**鉄欠乏性貧血**などが考えられます。

◆ヘマトクリット (Ht)

血液全体に占める赤血球の割合をヘマトクリットといいます。

数値が低ければ**鉄欠乏性貧血**などが疑われ、高ければ**多血症**、**脱水**などが考えられます。

	異常	要注意	基準範囲	要注意	異常
男性 赤血球	359 以下	360-399	400-539	540-599	600 以上
女性 赤血球	329 以下	330-359	360-489	490-549	550 以上
男性 血色素	11.9 以下	12.0-13.0	13.1-16.6	16.7-17.9	18.0 以上
女性 血色素	10.9 以下	11.0-12.0	12.1-14.6	14.7-15.9	16.0 以上
男性 ヘマトクリット	35.3 以下	35.4-38.4	38.5-48.9	49.0-50.9	51.0 以上
女性 ヘマトクリット	32.3 以下	32.4-35.4	35.5-43.9	44.0-47.9	48.0 以上

(単位 10<sup>4</sup>/μL マイクロリットル)

## ◆ MCV・MCH・MCHC

MCV は赤血球の体積を表します。

MCH は赤血球に含まれる血色素量を表します。

MCHC 赤血球体積に対する血色素量の割合を示します。

MCV の数値が高いと、**ビタミン B12 欠乏性貧血、葉酸欠乏性貧血、過剰飲酒**が疑われます。

低いと、**鉄欠乏性貧血、慢性炎症**にともなう貧血が疑われます。

## ◆ 白血球 (WBC)

白血球は細菌などから体を守る働きをしています。

数値が高い場合は**細菌感染症**にかかっているか、**炎症、腫瘍**の存在が疑われますが、どこの部位で発生しているかはわかりません。たばこを吸っている人は高値となります。

少ない場合は、**ウイルス感染症、薬物アレルギー、再生不良性貧血**などが疑われます。

異常	要注意	基準範囲	要注意	異常
2.5 以下	2.6~3.1	3.2~8.5	8.6~8.9	9.0 以上

(単位  $10^3/\mu\text{L}$ )

## ◆ 血小板数 (PLT)

血小板は、出血したとき、その部分に粘着して出血を止める役割を果たしています。

数値が高い場合は**血小板血症、鉄欠乏性貧血**などが疑われ、低い場合は**再生不良性貧血**などの骨髄での生産の低下、**特発性血小板減少性紫斑病**などの体の組織での亢進、**肝硬変**などの脾臓でのプーリングが考えられます。

異常	要注意	基準範囲	要注意	異常
9.9 以下	10.0~12.9	13.0~34.9	35.0~39.9	40.0 以上

(単位  $10^4/\mu\text{L}$ )

## 感染症系検査

## ◆ CRP

細菌・ウイルスに感染する、がんなどにより組織の傷害がおきる、免疫反応障害などで炎症が発生したときなどに血液中に増加する急性反応物質の1つがCRPです。

細菌・ウイルス感染、炎症、がんはないかを調べます。

基準範囲	要注意	異常
0.30 以下	0.31-0.99	1.00 以上

(単位 mg/dL)



◆梅毒反応（希望者のみ）

梅毒に感染しているかを調べます。

ただし、結核、膠原病など梅毒以外でも陽性になることがあり、これを生物学的偽陽性といいます。陽性の場合には区別するために精密検査を受けてください。

基準範囲	異常
陰性（－）	陽性（＋）

◆HBs 抗原（希望者のみ）

B型肝炎ウイルスに感染していないかを調べます。

陽性の場合には、現在B型肝炎ウイルスが体内にいることを意味します。

基準範囲	異常
陰性（－）	陽性（＋）

◆HCV 抗原（希望者のみ）

C型肝炎ウイルスに感染していないかを調べます。陽性の場合には、現在C型肝炎ウイルスが体内にいることを意味します。

基準範囲	異常
陰性（－）	陽性（＋）

## 尿検査

### 蛋白

腎臓の傷害により尿蛋白がふえます。腎炎、糖尿病腎症などが考えられます。

基準値	要注意	異常
陰性（－）	（＋）（±）	（2＋以上）

## 便

### 便潜血

便に血が混ざっています。

陽性（＋）の場合には、大腸ポリープ、大腸がん、痔などが考えられます。

異常なし	異常
2回とも（－）	1回でも（＋）

## 内科診察

聴診器により心臓の雑音を聴取した場合は**心臓弁膜症**などが発見できます。  
 下肢にうねうねとした、浮き出た血管が見えれば**下肢静脈瘤**を発見できます。

## 婦人科検診

細胞診検査により子宮頸がんの早期発見につながります。  
 トリコモナス膣炎、カンジダ膣炎などの感染がわかります。

## オプション検査

### 乳腺

エックス線検査（マンモグラフィー）では、カテゴリーの1～5に分類されます。  
 多くの場合、カテゴリー3では経過観察か精密検査、4・5では精密検査が必要となります。

カテゴリー1	異常ありません。
カテゴリー2	石灰化した繊維腺腫、乳管拡張症などによる多発石灰化、脂肪腫、乳房内リンパ節、豊胸手術による影響など、明らかに良性と診断できる所見です。
カテゴリー3	良性の可能性が高いが、悪性の可能性も否定できない場合です。超音波検査などの追加検査が必要です。
カテゴリー4	悪性の疑いがあります。悪性の可能性が高い病変で、他の検査が必要になります。
カテゴリー5	ほぼ乳がんと考えてよい病変があります。さらなる検査が必要です。

### 前立腺（PSA検査）

高値である場合、**前立腺肥大**、**前立腺癌**など前立腺疾患が疑われます。

基準値	異常
4.0 以下	4.1 以上

（単位 ng/mL ナノグラムパーミリリットル）