

# 健診結果の見かた

## 特定健診で、何がわかるの？

### 肥満度

身長と体重のバランスなどから肥満かどうかを調べます。

- 基準値
- BMI: 18.5~24.9
  - 腹囲: 男性/85cm 未満  
女性/90cm 未満

検査でわかること 内臓脂肪型肥満

### 血圧

高血圧などのおそれがないか知る手がかりとなります。

- 基準値
- 最高血圧(収縮期): 130mmHg未満
  - 最低血圧(拡張期): 85mmHg未満

検査でわかること 高血圧

### 脂質

動脈硬化などのおそれがないか知る手がかりとなります。

- 基準値
- 中性脂肪(空腹時): 150mg/dl未満
  - HDL(善玉)コレステロール: 40mg/dl以上
  - LDL(悪玉)コレステロール: 120mg/dl未満

検査でわかること 脂質代謝異常、動脈硬化

### 血糖

糖尿病などのおそれがないか知る手がかりとなります。

- 基準値
- 血糖(空腹時): 100mg/dl未満
  - HbA1c: 5.6%未満
  - 尿糖: 陰性(-)

検査でわかること 糖尿病、膵臓癌

### 診察

※健診結果等を判定する際の参考値となります。受診した健診機関によっては数値が異なる場合があります。  
※参考値は目安となります。基準外が即病気ではなく、総合的な判断は問診・診察等とともに判断することとなります。  
※ご加入の医療保険によって、受診できる検査項目が異なる場合があります。詳しくはご加入の医療保険にお問い合わせください。

(出典) 厚生労働省健康・生活衛生局「標準的な健診・保健指導プログラム(令和6年度版)」、公益社団法人日本人間ドック・予防医療学会「検査表の見方」

### 肝機能

肝臓の異常がないか知る手がかりとなります。

- 基準値
- AST(GOT): 30U/L以下
  - ALT(GPT): 30U/L以下
  - γ-GT(γ-GTP): 50U/L以下

検査でわかること 急性肝炎、慢性肝炎、脂肪肝、アルコール性肝障害

### 腎機能

腎機能の低下のおそれがないか知る手がかりとなります。

- 基準値
- 尿たんぱく: 陰性(-)
  - 血清クレアチニン: 男性1.00mg/dl以下  
女性0.70mg/dl以下
  - eGFR: 60ml/min/1.73m<sup>2</sup>以上

検査でわかること 腎機能低下

### 尿酸

高尿酸血症などのおそれがないか知る手がかりとなります。

- 基準値
- 尿酸: 2.1~7.0mg/dL

検査でわかること 高尿酸血症、痛風、尿路結石

### 血液一般

貧血などのおそれがないか知る手がかりとなります。

- 基準値
- ヘマトクリット
  - ヘモグロビン: 男性13.1~16.3g/dl  
女性12.1~14.5g/dl
  - 赤血球数

検査でわかること 貧血、多血症、脱水

### 心電図

心臓の状態を調べます。

検査でわかること 不整脈、狭心症、心筋梗塞

40歳になったら、毎年受けましょう。 **特定健康診査** 和歌山県 国民健康保険課

詳しくは特設サイトをチェック! <https://kenshin.pref.wakayama.lg.jp/>

