

## 特定健診の基本項目一覧表

検査項目	単位	基準値	保健指導判定値	受診勧奨判定値	検査でわかること
診察	BMI (身長・体重)	18.5~24.9	25以上		身長と体重の割合で肥満かどうかを判定。 ※ BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)
	腹囲	cm 男性 84.9以下 女性 89.9以下	男性 85以上 女性 90以上		動脈硬化を進行させるメタボのベースとなる内臓脂肪の蓄積を調べる。
	血圧	mmHg 収縮期 129以下 拡張期 84以下	収縮期 130~139 拡張期 85~89	収縮期 140以上 拡張期 90以上	血圧が高いと動脈硬化が進行し、心臓病や脳疾患の危険が高くなる。
脂質	中性脂肪	mg/dl 149以下	150~299	300以上	数値が高いとHDL(善玉)が減少し肥満や脂肪肝の原因となる。
	HDLコレステロール	mg/dl 40以上	35~39	34以下	善玉コレステロールで、低いと動脈硬化を招きやすくなる。
	LDLコレステロール	mg/dl 119以下	120~139	140以上	悪玉コレステロールが増加すると血管壁にたまり、単独で動脈硬化を進行させる。
肝機能	AST(GOT)	U/l 30以下	31~50	51以上	トランスアミナーゼと言われる酵素で、おもに肝臓の異常を調べる。
	ALT(GPT)	U/l 30以下	31~50	51以上	
	γ-GT(γ-GTP)	U/l 50以下	51~100	101以上	とくにアルコール性肝障害があると増加する。
糖代謝	血糖 (空腹時または随時)	99以下	100~125	126以上	高値が続くと糖尿病のおそれがあり、悪化すると重篤な合併症を引き起こす。
	HbA1c(NGSP値)	5.5以下	5.6~6.4	6.5以上	長期間の血糖コントロールの目安となり糖尿病検査として重要。
	尿糖	-	±	+以上	血液中の血糖が多くなると尿中に排出される。
腎機能	尿たんぱく	-	±	+以上	腎臓に異常があると、尿中にたんぱくが排出されることがある。

  は特定保健指導対象者選定のための項目です。

