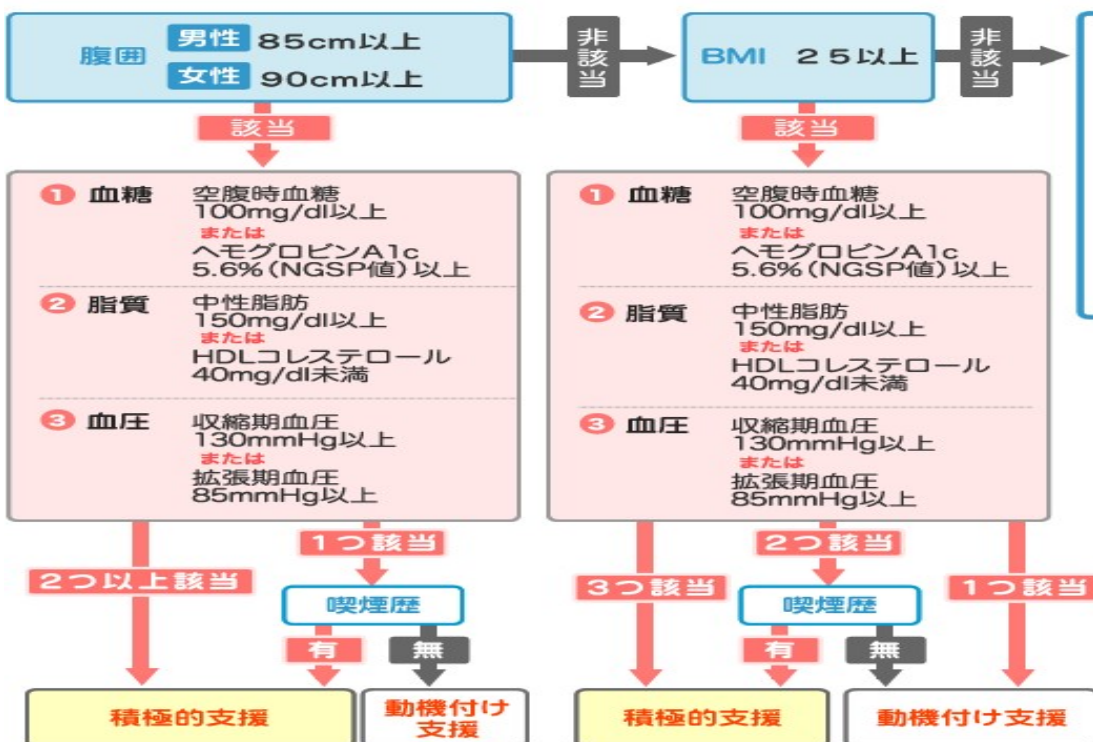


特定健診基本項目の検査内容と基準値及び保健指導・受診勧奨判定値

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ます。	
	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ります。
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ります。
	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ります。
	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で増加すると血管壁にたまり、単独で動脈硬化を進行させます。
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ます。
	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します。
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します。
	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です。
	尿糖		-	±	+以上	血液中の血糖が多くなると尿中に排出されます。
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ります。

対象者:40歳以上75歳未満

* BMI は特定保健指導対象者選定のための項目です。



※高血圧等、糖尿病、脂質異常症で服薬治療中の方は除く

※65歳以上の方は、「積極的支援レベル」と判定されても、動機付け支援となります。

