

# 健康診断結果の見方

弘前大学保健管理センター

☎0172-39-3128

## 1. 健康診断結果の判定区分

区分	判定	説明
A	異常なし	今回の検査では異常ありません。毎年健康診断を受検して、健康チェックしてください。
B	軽度異常	軽度の異常を認めます。健康状態や生活習慣に注意してください。
C	要経過観察 (生活改善/要再検)	生活習慣の改善、体調の経過観察が必要です。血圧高値の方は、定期的に測定してください。改善しない場合には、医療機関の受診を勧めます。
D	要精査・要医療	精査、加療が必要な結果です。健診結果を持参の上、速やかに医療機関を受診してください。
E	医療継続	この健診結果を受診の際に主治医に伝えて、通院を継続してください。
M	判定なし	判定不能（生理中等）

## 2. 各検査項目の判定基準

※問診で治療中の場合は E 判定

検査項目		A 異常なし	B 軽度異常	C 要経過観察	D 要精査・医療	
BMI	kg/m <sup>2</sup>	18.5-24.9		18.4 以下、25.0 以上		
腹囲	cm	男性	84.9 以下	85.0 以上		
		女性	89.9 以下	90.0 以上		
血圧 (*)	mmHg	収縮期	129 以下	130-139	140-159	
		拡張期	79 以下	80-89	90-99	
視力		1.0 以上		0.7-0.9	0.6 以下	
聴力		異常なし			異常あり	
尿糖		(-)			(1+(100))以上	
尿潜血		(-)	(±)	(1+)	(2+)以上	
尿蛋白		(-)	(±)		(1+(30))以上	
AST(GOT)	U/L	30 以下	31-35	36-50	51 以上	
ALT(GPT)	U/L	30 以下	31-40	41-50	51 以上	
γ-GT(γ-GTP)	U/L	50 以下	51-80	81-100	101 以上	
中性脂肪	mg/dl	30-149	150-299	300-499	29 以下、500 以上	
HDL コレステロール	mg/dl	40 以上		35-39	34 以下	
LDL コレステロール	mg/dl	60-119	120-139	140-179	59 以下、180 以上	
血糖 (GLU) 空腹時	mg/dl	99 以下	100-109	110-125	126 以上	
クレアチニン	mg/dl	腎機能は、eGFR で判定				
eGFR	mL/min/1.73 m <sup>2</sup>	60.0 以上		45.0-59.9	44.9 以下	
赤血球数	万/μl	貧血は、血色素量で判定				
血色素量	g/dl	男性	13.1-16.3	16.4-18.0	12.1-13.0	12.0 以下、18.1 以上
		女性	12.1-14.5	14.6-16.0	11.1-12.0	11.0 以下、16.1 以上

判定基準は、日本人間ドック学会の判定区分 2022 年度版を参考としています。

(\*)血圧値については、「4. 成人における血圧値の分類」をご覧ください。

## 3. 肥満度

肥満度	低体重	普通体重	肥満 1 度	肥満 2 度	肥満 3 度	肥満 4 度
BMI 値	18.4 以下	18.5-24.9	25.0-29.9	30.0-34.9	35.0-39.9	40 以上

#### 4. 成人における血圧値の分類

健康診断では、診察室血圧の値を用いています。

分類	診察室血圧 (mmHg)			家庭血圧 (mmHg)		
	収縮期	かつ	拡張期	収縮期	かつ	拡張期
正常血圧	<120	かつ	<80	<115	かつ	<75
正常高値血圧	120-129	かつ	<80	115-124	かつ	<75
高値血圧	130-139	かつ/または	80-89	125-134	かつ/または	75-84
I度高血圧	140-159	かつ/または	90-99	135-144	かつ/または	85-89
II度高血圧	160-179	かつ/または	100-109	145-159	かつ/または	90-99
III度高血圧	≧180	かつ/または	≧110	≧160	かつ/または	≧100
(孤立性)収縮期高血圧	≧140	かつ	<90	≧135	かつ	<85

(日本高血圧学会高血圧治療ガイドライン作成委員会(編):高血圧治療ガイドライン2019. p18より引用)

#### 5. メタボリックシンドローム判定

- (1) 基準該当：必須項目（腹囲）に加え、選択項目①～③のうち2つ以上の項目に該当する者
- (2) 予備群該当：必須項目（腹囲）に加え、選択項目①～③のうち1つの項目に該当する者
- (3) 非該当：上記に該当しない者

【必須項目】	腹囲	男性85cm以上、女性90cm以上
【選択項目】	① 血糖	空腹時血糖110mg/dL以上、又は血糖を下げる薬を服用・インスリン注射を使用
	② 脂質	中性脂肪150mg/dL以上、又はHDLコレステロール40mg/dL未満、又はコレステロールや中性脂肪を下げる薬を服用
	③ 血圧	収縮期130mmHg以上、又は拡張期85mmHg以上、又は血圧を下げる薬を服用

#### 6. 特定保健指導レベル(階層化)

腹囲	特定健康診査結果			特定保健指導対象者		
	追加リスク			喫煙	40～64歳	65～74歳
	①血糖	②脂質	③血圧			
腹囲 男性:85cm以上 女性:90cm以上	上記2つ以上該当			—	積極的支援	動機付け支援
	上記1つ該当			あり		
腹囲は上記以外 かつ 男女ともに BMI:25以上	上記3つ該当			—	積極的支援	動機付け支援
	上記2つ該当			あり		
	上記1つ該当			なし		動機付け支援
上記以外				—	情報提供	

\* 服薬中の者は、医療保険者による特定保健指導の対象としない。

(追加リスク基準)

- ① 血糖：空腹時血糖100mg/dL以上
- ② 脂質：中性脂肪150mg/dL以上、又はHDLコレステロール40mg/dL未満
- ③ 血圧：収縮期130mmHg以上、又は拡張期85mmHg以上