

## 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<br>(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）  |

※ 視力・聴力でC判定となった方で、日常生活・就業に差し支える場合には、専門医の受診をお勧めします。

## 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         |           | 30-39           | 29 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       |
|                                 | 女性            | 12.1-14.5 | 14.6-16.0       | 11.1-12.0       |
|                                 |               |           |                 | 12.0 以下、18.1 以上 |
|                                 |               |           |                 | 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 2024年度版を参考としています。

## 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          |        | 拡張期     | 収縮期         |        | 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<br>男性:85cm以上<br>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<br>かつ<br>男女ともに<br>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