

特定健診の主な検査項目と判定値

検査方法	検査項目	保健指導判定値 (生活習慣の改善を)	受診勧奨判定値 (早急に医療機関に相談を)	あなたの数値	特徴や検査目的	疑われる疾患		
身体測定	腹囲	男性85cm未満 女性90cm未満	—		内臓脂肪の蓄積量を調べる。さまざまな生活習慣病の要因となる。	●内臓脂肪型肥満		
	BMI	25以上	—		体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で算出。肥満度を判定。			
血圧測定	収縮期	130mmHg以上	140mmHg以上		「収縮期」は血液が心臓から全身に送り出されるとき、「拡張期」は血液が全身から心臓へ戻るときの血圧。	●高血圧 ●動脈硬化		
	拡張期	85mmHg以上	90mmHg以上					
血液検査	脂質	中性脂肪	150mg/dl以上	300mg/dl以上		エネルギー源となるが、余剰分は皮下脂肪や内臓脂肪として蓄えられ、肥満の原因に。	●脂質異常症 ●脂肪肝 ●動脈硬化 ●腎障害	
		HDLコレステロール	39mg/dl以下	34mg/dl以下				「善玉コレステロール」ともいわれ、血液中に悪玉コレステロールが増加するのを防ぐ。
		LDLコレステロール	120mg/dl以上	140mg/dl以上				「悪玉コレステロール」ともいわれ、増えすぎると動脈硬化を促進。
		non-HDLコレステロール	150mg/dl以上	170mg/dl以上				総コレステロールから「善玉コレステロール」を差引いた値。
	血糖	血糖(空腹時/随時)	100mg/dl以上	126mg/dl以上		血液中に含まれるブドウ糖のこと。	●糖尿病 ●動脈硬化	
		HbA1c(NGSP)	5.6%以上	6.5%以上		血液中のヘモグロビンとブドウ糖が結合したもので、過去1~2カ月間の平均的な血糖値がわかる。		
	肝機能	AST(GOT)	31U/l以上	51U/l以上		アミノ酸の代謝に必要な酵素で、肝細胞に障害が生じると数値が上昇。	●ウイルス性肝炎 ●アルコール性肝炎 ●脂肪肝 ●肝硬変	
		ALT(GPT)	31U/l以上	51U/l以上				
		γ-GT(γ-GTP)	51U/l以上	101U/l以上		たんぱく質の代謝に必要な酵素で、特にアルコールによる肝機能の障害があると急激に上昇。		
	尿検査	尿糖	—	—		尿の中に糖が含まれているか調べる。	●糖尿病 ●膵炎	
尿たんぱく		—	—		尿の中にたんぱく質が含まれているか調べる。	●腎臓病		