

Work on Life はたらくために、大切なことを。

定期健康診断の結果の見方



あっという間に梅雨が明け、夏を迎えました。暑い日が続きますが、熱中症や冷房の利用などで体調を崩されていませんか？さて、今回のコラムは「健康診断」についてです！年に1-2回、受診される方が多いかと思いますが、その結果の見方について、教えてもらえることってあまりないですよね。今日はよく基準値を超えてしまう検査項目とその意味についてご紹介♪ぜひご自身の結果もチェックしてみてくださいね。

有所見項目 TOP 5

健診の結果を見てみると、いずれか基準値を超えておられる方も少なくないかと思います。検査項目の中で、全国でみても多くの方に異常値が見られる（「有所見」といいます）項目 TOP 5をご紹介します。



1 血中脂質
(TG, LDL, HDL など)



2 血圧
(BP と記載される場合も)



3 肝機能
(AST, ALT, γ-GT, Bil など)



4 血糖値
(BS, Glu, HbA1cなど)



5 貧血
(RGB, Hb, Ht など)

ご自身の健診結果を見てみて、有所見のものはありましたか？そして、みなさんが知りたいのは、その値が有所見だと「どんな可能性があるのか」「どんな病気につながるか」ですよね。ここからは、TOP3に絞って考えられる可能性を一部紹介したいと思います★

隠れている原因・リスクが上がる病気！？



まず前提として、血液検査だけで確定診断が下りる疾患はそれほど多くありません。あくまで可能性が考えられるだけなので、病院を受診して原因を探ってみたり、生活を改善したりすることが大切であることを念頭に参考にされてみてくださいね。



1 血中脂質

【隠れている原因】 脂質異常症、糖尿病、慢性腎臓病、甲状腺機能低下症、ホルモン剤の内服など
【リスクが上がる病気】 動脈硬化（心血管疾患・脳血管疾患）、肺炎など

【取り組める行動】 運動習慣の取り入れ、食生活の見直し、内服薬でのコントロール



2 血圧

【隠れている原因】 腎臓疾患、褐色細胞腫、薬剤内服による高血圧など

【リスクが上がる病気】 脳血管疾患、心疾患、腎臓疾患、動脈硬化など

【取り組める行動】 ストレスは最小限に、十分な睡眠、減塩食、運動習慣の取り入れ



3 肝機能

【隠れている原因】 肝炎（B型・C型・アルコール性・脂肪性・薬剤性など）、原発性胆汁性胆管炎 など

【リスクが上がる病気】 肝硬変、肝がんなど

【取り組める行動】 原因別の薬剤治療、禁酒、食事と運動を用いた体重制限

ご自身の検査値の見方やどこを受診するか迷われた時は
ぜひThe CAREにご相談ください

参考：定期健康診断結果から見た有所見率の推移 - 厚生労働省

CAREKEYは
「nsgk03823」



ご相談はコチラから

