

健康診断結果の見方

この度は当診療所の健康診断を受診いただき、誠にありがとうございました。
ご報告書が出来上がりましたのでお届けいたします。

今回の健康診断において、F判定(要治療)・E判定(要精密検査)と診断された方は
結果報告書を必ず持参のうえ、速やかに最寄りの医療機関をご受診ください。

尚、現在医療機関を受診されている方は、かかりつけ主治医にご相談ください。
すでに受診・受診ご予約がお済みの方も、他の項目での受診漏れがないように、
再度結果内容をご確認ください。

「異常なし」「問題なし」と判定された方につきましても、今回受診された検査の範囲内
だけのものであり、健康状態のすべてを判定したものではありません。身体の変調や
気になる症状のある方は放置せず医師にご相談ください。

健診を受けられた皆様が、これからも健康で過ごしていただくための一助となれば
幸いです。

判定の見方

判定	判定内容	
A・A1	異常なし	この検査の範囲内では、異常を認めません。
B・B1	問題なし	軽度の異常を認めますが、日常生活に支障ありません。
C	要経過観察	軽度の異常を認めますが、精査・治療を要するものではありません。日常生活を見直し、生活改善を心がけましょう。次回の健診で経過をご確認ください。
D	要再検査	異常を認めますが、今すぐ精査・治療を要するものではありません。現在との変化を確認するために、受診時期が来ましたら検査を受けその後の観察は医師とご相談ください。
E	要精密検査	該当の項目について精密検査を受けてください。検査の内容は医師とご相談ください。
F	要治療	医師の指示に従って治療を受けてください。
G	治療中	現在すでに治療されている項目です。主治医の指示に従って治療を継続してください。

★★★検査結果の見方★★★

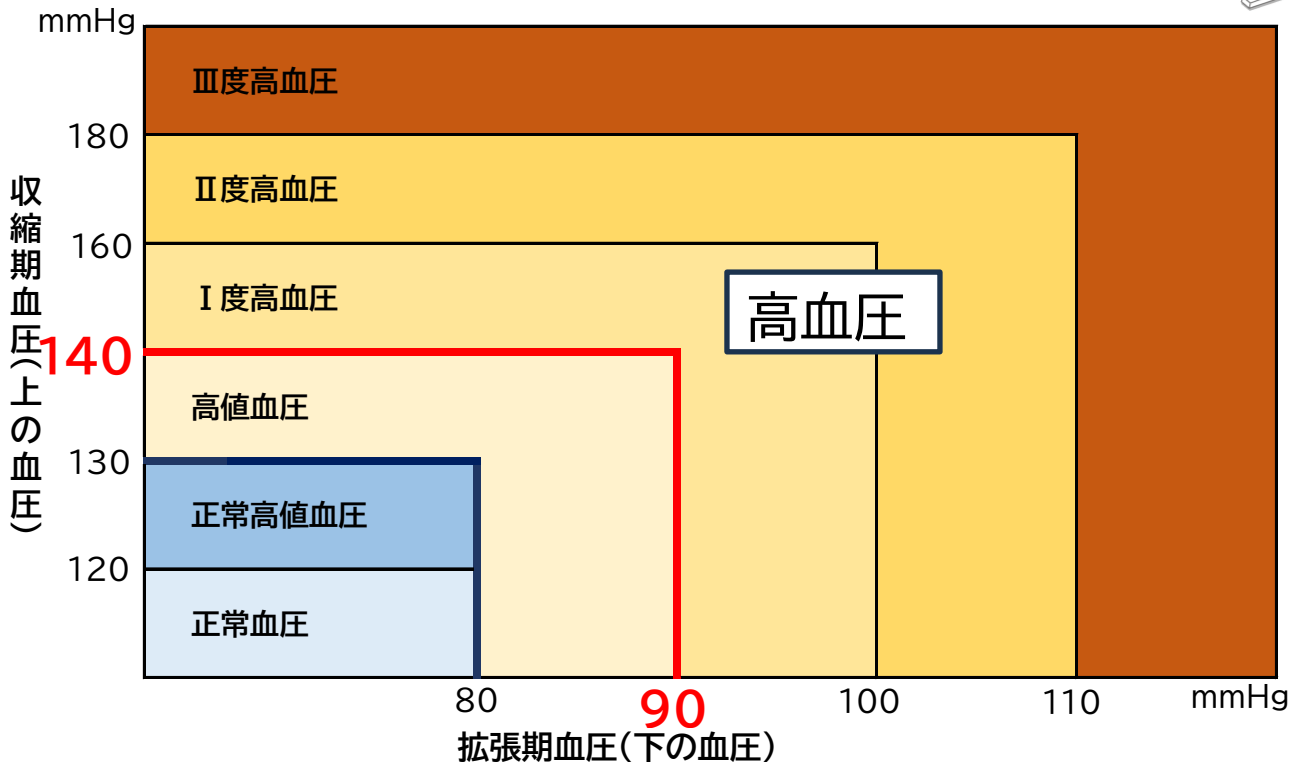
京都民医連太子道診療所 健康サポートセンター 2024.8改訂版

血圧

「高血圧治療ガイドライン2019」の診断基準



基準値



- ・収縮期と拡張期で分類が異なる場合は、高い方の分類で判定します
- ・高血圧は、脳心血管疾患(脳出血・脳梗塞・心筋梗塞)の高リスクとなり、生活改善や薬物療法の医師判断が必要となります
- ・血圧が高めの方は、家庭血圧の測定をおすすめします

尿検査

	基準値	
蛋白	陰性(-) 弱陽性(+/-)	腎臓、膀胱、尿道等の病気の有無を調べる検査です。ただし、激しい運動後、ストレス、たんぱく質の多い食事のあと、女性では生理の前後などにも出ることがあります。したがってこの検査だけでは腎臓の病気だと判断できません。
糖	陰性(-)	糖尿病で血糖値が異常に高くなると、尿にたくさんの糖が出るようになります。
潜血	陰性(-) 弱陽性(+/-)	腎臓や尿管、膀胱など尿路系に炎症や結石などの異常があるとき、尿の中に赤血球が混ざって潜血反応が出ます。腎臓などに問題が無くても、陽性となることもあります。女性は生理中に検査した場合、微量でも反応します。
ウロビリノーゲン	正常	主に肝臓の病気や黄疸等をチェックします。陽性の場合、再検査や肝機能検査を実施してみる必要があります。
推定1日塩分摂取量	目標摂取目安量 男性7.5g未満 女性6.5g未満	尿中のナトリウムとクレアチンを計測し、計算式を用いて前日を中心とした直近の塩分摂取量を推定します。摂取量が多いほど腎・高血圧疾患の危険因子となります。目安量は基礎疾患により異なりますので、治療中の疾患のある方は主治医にご確認ください。

血液検査一般



血液一般	白血球数	細菌やウイルスの感染、炎症をチェックします。細菌感染や白血病で上昇し、骨髄の病気等で減少します。喫煙によって上昇することもあります。
	赤血球数 血色素量 ヘマトクリット	貧血の検査です。貧血の原因には消化管からの出血、栄養不足、過度なダイエット、月経障害・腎疾患等があります。逆に赤血球数、血色素量が多いのを多血症と言ひ、脱水等で血管が詰まりやすくなる恐れがあります。
	血小板	出血した時、血を止める役割をします。減少すると出血しやすくなり、青あざが全身に出ることがあります。肝硬変が進行すると低下することがあります。
肝機能	GOT(AST) GPT(ALT)	主として肝臓の細胞の中にある酵素です。肝臓の細胞の変性や壊死に敏感に反応するので、肝臓、胆道系の病気の診断に欠かせない検査です。またGOTは心臓の病気、特に心筋梗塞の発見に役立ちます。脂肪肝や過度な筋トレで上昇することもあります。
	γ-GTP	慢性肝炎、アルコール性肝障害、胆道の病気で胆汁の流れが悪くなる場合、肝硬変、肝腫瘍等で上昇する他、脂肪肝でも高くなります。
	LDH (乳酸脱水素酵素)	全身の細胞に含まれている酵素で、肝臓病や心臓病、がん等で高値となります。
	TP (総蛋白)	血清中の蛋白の総称です。腎疾患、肝疾患、がん、感染症、脱水等で異常値を示します。
	ALP (アルカリフォスファターゼ)	主に肝臓や骨、小腸から出て、肝臓を経て胆汁の中に排泄されます。これらの臓器に異常があると血液中に流れ出てきます。肝機能や黄疸の鑑別、骨の状態等を調べる事が出来ます。
脂質	総コレステロール	体内にある脂質の一種です。成長に必要な要素ですが、多過ぎると生活習慣病などの原因になります。高値の場合は更にHDL、LDLなどを調べて判断することが必要です。動物性脂肪のとりすぎに注意しましょう。
	HDL (善玉コレステロール)	低い値が問題となります。低値になる要因には運動不足、肥満、喫煙等があります。高値は動脈硬化の進行を防ぐと言われ通常問題ありません。
	中性脂肪	血液中にある脂質の一種です。値が高くなり過ぎると動脈硬化や糖尿病を進行させます。果物や甘い物の摂り過ぎ、飲酒過多、肥満、運動不足等で上昇します。また、中性脂肪が増えるとHDLが減ってきます。
	LDL (悪玉コレステロール)	高値では動脈硬化の進行が速いといわれています。一定以上高い場合や、悪玉/善玉の比率(LH比)が高い場合は下げる治療が必要です。 ※女性は閉経後に上昇しやすくなります。血縁者にこの値が高い人が多い場合は家族性高コレステロール血症の可能性があり、医師による管理が早期に必要となります。
	Non HDL コレステロール	総コレステロールからHDLを除いたもので、LDL(動脈硬化疾患のリスク要因となる)やレムナント(悪玉や超悪玉コレステロールなど含む)などが含まれます。中性脂肪(食事の影響で大きく変動する)の影響を受けないため、近年動脈硬化の新しい指標として用いられるようになりました。
糖代謝	血糖	血液中に流れている糖(ブドウ糖)のことです。食事の影響を受けます。食前で110、食後で130以上あれば糖尿病を疑い精密検査が必要です。
	HbA1c (ヘモグロビンA1c) (NGSP値)	過去1~2ヶ月の血糖の状態を知ることが出来ます。健康な人なら6.0%以下です。6.0%を超えると糖尿病の可能性がります。6.5%以上なら受診が必要です。*NGSP値=国際標準値
腎機能	クレアチニン	老廃物の一種です。腎臓が正常に働いていれば尿中に排泄されますが、腎臓の機能が低下すると排泄できなくなって血液中に増えます。
	eGFR	60以下では腎機能低下が疑われます。糸球体という濾過装置の機能を調べる検査で、クレアチニン値・性別・年齢などで計算されます。
	尿酸	痛風や動脈硬化、腎障害等の原因になります。肉類等の偏食、アルコールや甘い物の摂り過ぎ、激しい運動やストレスで上昇します。
	アミラーゼ	膵臓や唾液腺から分泌される消化酵素です。膵臓に最も多く含まれ、膵臓に障害があると血液中や尿に出てきます。膵臓の障害を知るためには欠かせない検査です。

TSH (甲状腺刺激ホルモン)	のどにある甲状腺の働きを調節するホルモンです。高値では甲状腺機能低下症などが疑われ、低値では甲状腺機能亢進症などが疑われます。甲状腺疾患は女性に多いといわれ、年代によっては更年期障害と紛らわしい場合があります。
PSA (前立腺がんマーカー) (男性のみ)	前立腺から分泌される物質で、前立腺癌・前立腺炎・前立腺肥大症などで上昇し、精密検査が必要となります。 ※男性型脱毛治療薬(フィナステリド含有・プロペシア錠など)を使用・服用されている場合、測定値が半減する場合があります(偽陰性)。
ヘリコバクター・ピロリ菌検査 (血中抗体価)	ヘリコバクター・ピロリ菌は胃粘膜に生息しています。胃潰瘍、十二指腸潰瘍、胃炎の方はピロリ菌が陽性の場合が多く、ピロリ菌が胃や十二指腸の炎症やがんの発生に関わっていると考えられています。陽性の場合、積極的に除菌することが推奨されています。

当診の基準値は結果報告書をご参照ください

電解質

体内の水分のバランスや生命の維持を行っているイオンで、濃度を調べることによって体内の障害を診断します



Na (ナトリウム)	主に体内の水分バランスを調節する働きがあります。 【数値が異常な場合に疑われる病気】 高値: 病性昏睡・脱水症・クッシング症候群など 低値: 腎不全・ネフローゼ症候群・心不全・甲状腺機能低下症 アジソン病・糖尿病性アシドーシスなど
K (カリウム)	主に筋肉や神経に関係のある働きがあります。バランスが崩れると心臓の筋肉に作用し、危険な不整脈や、体がけいれんを起こすことがあります。 【数値が異常な場合に疑われる病気】 高値: 腎不全・アジソン病など 低値: 呼吸不全症候群・アルドステロン症・クッシング症候群など
Cl (クロール)	主に体内に酵素を供給する働きがあります。 【数値が異常な時に疑われる病気】 高値: 脱水症・腎不全・過喚起症候群など 低値: アジソン病・慢性腎炎・肺気腫など

その他検査

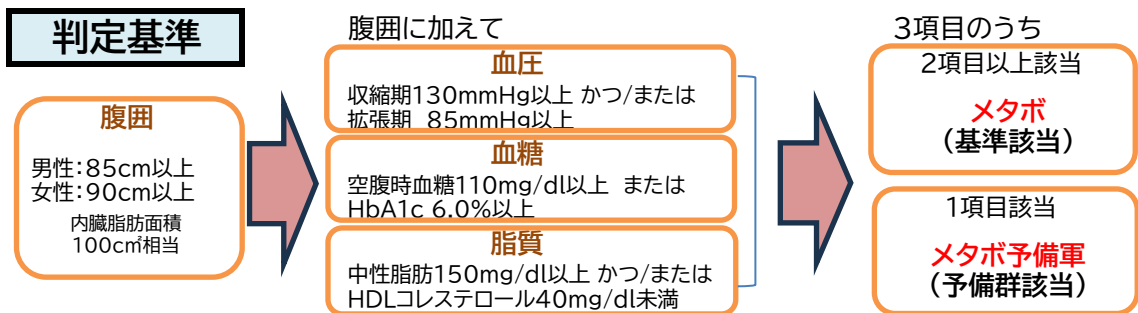
心電図	心臓の動き、及び心筋の状態を調べます。心肥大の有無、不整脈の種類の判定、心筋梗塞などの虚血性心疾患の有無を調べます。
胸部レントゲン	肺、心臓の状態を調べます。肺炎・肺気腫・結核・がん・心肥大・動脈硬化等のチェックをします。
胃内視鏡検査 (胃カメラ検査)	食道、胃、十二指腸を観察します。胃がん、食道がん、胃潰瘍、胃炎、十二指腸潰瘍、ポリープなどがわかります。
胃透視検査 (バリウム検査)	バリウム(造影剤)が、粘膜の表面を滑り落ちる様子を撮影することで、食道・胃・十二指腸の形状を観察します。
腹部エコー	超音波を用いて肝臓・腎臓・胆のう・脾臓・膵臓を観察します。各臓器の腫瘍性病変、脂肪肝、胆石症、胆嚢ポリープ、腎結石などがわかります。
便潜血	陽性の場合は大腸の精密検査(大腸内視鏡検査)が必要です。主に大腸の出血を調べる大腸がんのスクリーニング検査です。がん以外にもポリープ・憩室・腸炎など様々な要因があります。
CT検査 (胸部・上腹部)	X線を照射し、吸収率の違いをコンピュータ処理し画像化します。胸部では肺の腫瘍性病変や肺気腫等の肺の病気、上腹部(肝臓・腎臓・胆のう・脾臓・膵臓など)では、各臓器の腫瘍性病変、のう胞、結石、石灰化などがわかります。
CT検査 (内臓脂肪)	お臍の位置の内臓脂肪(内臓周囲についた脂肪)面積および皮下脂肪面積を測定する検査です。内臓脂肪が大量になると、生活習慣病にかかりやすい状態、いわゆるメタボリックシンドロームが疑われます。一般的に、内臓脂肪型肥満は100cm ² 以上です。

眼底検査	<p>眼の奥の網膜や網膜の血管の状態を調べる検査です。それぞれ数字が大きいほど所見があります。</p> <p>【キースワクナー分類】動脈硬化や高血圧の程度を判定 【シェイエ分類】Hは高血圧性の変化・Sは動脈硬化の程度を判定 【スコット分類】糖尿病性網膜症の程度を判定</p>														
眼圧検査	<p>目の表面に一定の空気を噴出し眼球の圧力(硬さ)を測定します。高値の場合、緑内障等の眼の病気が疑われます。</p> <p>〈基準値〉10~21mmHg</p>														
動脈硬化検査 (ABI/CAVI)	<p>ABI:足の動脈の詰まりを見る検査です。</p> <p>〈基準値〉</p> <table border="0"> <tr> <td>1.41≧ABI</td> <td>足首の血圧高め</td> </tr> <tr> <td>1.00≧ABI≦1.40</td> <td>正常範囲</td> </tr> <tr> <td>0.91≧ABI≦0.99</td> <td>正常範囲ですが境界領域</td> </tr> <tr> <td>ABI≦0.90</td> <td>抹消動脈疾患の疑いあり</td> </tr> </table> <p>CAVI:動脈の硬さを調べる検査で、大動脈を含む心臓から足首までの動脈硬化度を調べます。</p> <p>〈基準値〉</p> <table border="0"> <tr> <td>CAVI<8.0</td> <td>正常範囲</td> </tr> <tr> <td>8.0≧CAVI<9.0</td> <td>境界域</td> </tr> <tr> <td>9.0≧CAVI</td> <td>動脈硬化の疑い</td> </tr> </table>	1.41≧ABI	足首の血圧高め	1.00≧ABI≦1.40	正常範囲	0.91≧ABI≦0.99	正常範囲ですが境界領域	ABI≦0.90	抹消動脈疾患の疑いあり	CAVI<8.0	正常範囲	8.0≧CAVI<9.0	境界域	9.0≧CAVI	動脈硬化の疑い
1.41≧ABI	足首の血圧高め														
1.00≧ABI≦1.40	正常範囲														
0.91≧ABI≦0.99	正常範囲ですが境界領域														
ABI≦0.90	抹消動脈疾患の疑いあり														
CAVI<8.0	正常範囲														
8.0≧CAVI<9.0	境界域														
9.0≧CAVI	動脈硬化の疑い														
肺機能検査	<p>COPD(慢性閉塞性肺疾患)・喘息・肺気腫・肺線維症などがわかります。</p> <p>〈基準値〉「%肺活量」80%以上、「1秒率」70%以上</p>														



メタボ判定

メタボリックシンドローム(通称:メタボ)とは、お腹の内面や内臓の周りに脂肪が蓄積する「内臓脂肪型肥満」に、高血圧、高血糖、脂質代謝異常のうち2つ以上当てはまる状態のことをいいます。



※当てはまるリスクが多いほど、動脈硬化の進行が推察されます

特定保健指導(生活改善サポート)

無料です

特定健診で、メタボやメタボ予備群と判定されたら、特定保健指導の対象になります(特定保健指導の判定基準はメタボリックシンドロームとは少し異なります)。生活習慣の見直しのために、保健師や管理栄養士がお手伝いいたします。

【支援は2種類】

動機付け支援



メタボのリスクが出始めている

積極的支援



メタボのリスクが重なりだしている



骨密度検査 + 骨質 (TBS) の見方

微細構造評価 (Trabecular bone score)

骨密度

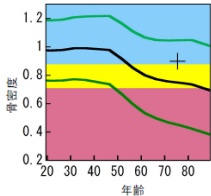
測定部位	骨密度	若い人との比較	同年代との比較
腰椎	0.899 g/cm ³	91 % -0.8 SD	120 % 1.0 SD
大腿骨	0.927 g/cm ³	117 % 1.5 SD	170 % 3.9 SD

若い人との比較: 骨密度がもっとも多い、若年平均の骨密度を基準としたときの比較です。この値が低くなると骨粗鬆症が疑われます。

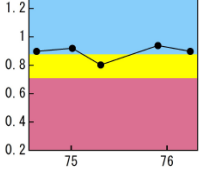
同年代との比較: 骨密度は年齢とともに少なくなりますが、あなたの同年齢のかたの骨密度を基準としたときの比較です。

腰椎1234

2012 Reference Japan L1234 F-Tscore F-Zscore



◎履歴表示グラフ



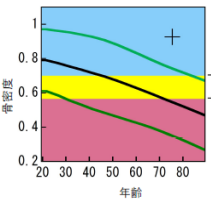
◎履歴一覧

No.	測定日	骨密度	%YAM
1	2024/02/05	0.899	91
2	2024/06/20	0.920	93
3	2024/10/06	0.803	81
4	2025/05/12	0.939	95
5	2025/09/12	0.899	91

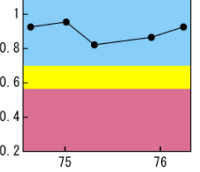
※この間は各年齢の平均骨密度範囲です。

大腿骨LNeck

2012 Reference Japan Neck F-Tscore F-Zscore



◎履歴表示グラフ



◎履歴一覧

No.	測定日	骨密度	%YAM
1	2024/02/05	0.927	117
2	2024/06/20	0.955	121
3	2024/10/06	0.822	104
4	2025/05/12	0.866	110
5	2025/09/12	0.927	117

判定結果

(※判定は原発性骨粗鬆症の診断基準(2012年度改訂版)、骨粗鬆症の予防と治療ガイドライン(2015年版)に基づきます。)

青色の所	-1SD以上	は心配ありません
黄色の所	-1SD未満	は骨密度がやや低下しています。食事・運動などの生活に気をつけましょう。
ピンク色の所	-2.5SD以下	は骨密度が少なく注意が必要です。一度、骨密度以外の精密検査を受けましょう。

あなたの次回測定日は2026年01月頃です。

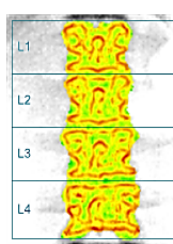
印刷日時 2025年09月12日 14:17:16 Ver 3.08 2012年診断基準

注) SDとは・・・標準偏差のこと
基準となる平均値(同年齢・同性の標準的な骨質)と比べて、0SDは平均と同じ、マイナスは低下を示します

+や●のマークが骨密度を表します
+や●の位置が
水色: 正常
黄色: 骨量減少
桃色: 骨粗鬆症
(+今回値 ●過去履歴)

骨質

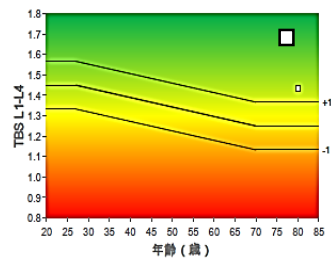
① TBSマッピング



画像は診断目的に使用できません

② 腰椎TBSの結果

TBS L1-L4 = 1.433 - 正常な骨微細構造



①②骨質 (TBS) 結果グラフ

□の位置が

緑色: 正常
黄色: 骨減少
赤色: 骨粗鬆症

③ BMD Tスコア

		BMD Tスコア*		
		正常	骨減少	低骨密度
TBS**	正常	□	□	□
	部分劣化	□	□	□
	劣化	□	□	□

* BMD Tスコアは、腰椎、トータルヒップ、大腿骨頸部の最低値です

** 腰椎TBS L1-L4 正常な骨微細構造 > 1.31; 劣化 < 1.23

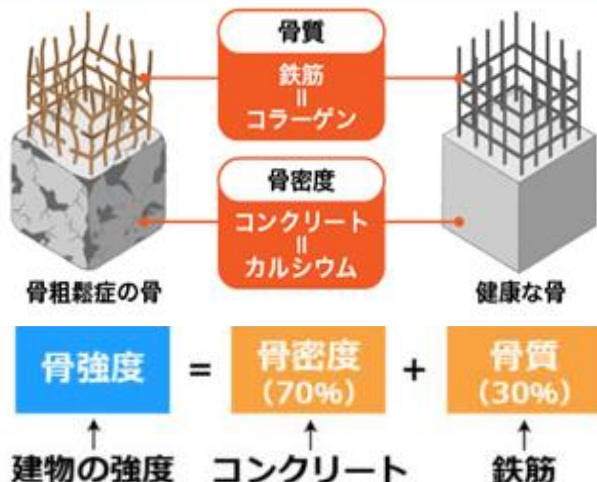
正常 中等度 高い 著しく高い
骨折リスク分類の色分け

③骨密度+骨質評価 (BMD-Tスコア)

□の位置が

緑色: 正常
黄色: 骨減少
オレンジ色・赤色: 低骨密度 (骨粗鬆症)

骨をビルに例えた場合



骨をビルに例えると・・・

【骨密度】はコンクリートにあたります。骨密度検査はコンクリートのヒビや欠け、硬さをみる検査です。

【骨質】は鉄筋や架橋にあたります。周りのコンクリートに多少の欠けがあっても鉄筋がしっかりしていれば、ビル全体の強度(骨強度)は保たれています。

骨密度と骨質の両方を測ることで、より正確に判断できるようになります。