

定期健康診断結果の見かた

1 身体計測

体格指数(BMI)は身長に見合った体重かどうかを判定する数値です。体重(kg)÷[身長(m)]² で計算します。

日本人は BMI 22 ぐらいが最も病気の頻度が少ないという疫学データに基づいて、理想体重は 22×[身長(m)]² で計算しています。

体重は多すぎても少なすぎても、健康障害を起こしやすいことがわかっています。特に BMI が 16.5 未満、あるいは 30 以上、また、短期間で体重が増減する(1年間で±5kg以上)場合は、代謝・ホルモン異常などの病気がかかっていることもあります。必ず再検査に来てください。

2 血圧測定

血圧は心臓が全身へ血液を送り出す圧力のことで、「血圧を測る」、「健康診断を受ける」という緊張感だけで高くなる人もいます。140/90 mm Hg 以上だった人は日を改めて保健管理センターで再度測定してください。血圧がいつも高い場合は、放置すると心臓や血管に障害をおこし、心不全や脳出血の原因になることもあります。また、血圧が高くなる病気(二次性高血圧)がかかっている可能性もありますので、症状がないと軽く考えないで、必ず再検査に来てください。

3 尿検査

尿蛋白: 激しい運動や発熱などでも一時的に(+)になることがあります。(+)以上の場合は必ず再検査に来てください。いつも(+)の場合は腎炎など腎臓の病気がかかっていることがあるため、医療機関での精密検査が必要です。

尿糖:(±)以上の場合は糖尿病がかかっているか精密検査が必要です。必ず保健管理センターに来てください。

4 視力

両眼で 0.7 未満の場合は、教材が見にくいなど学業に支障が出るかもしれません。保健管理センターで再検査しても 0.7 未満の人は、眼科で相談してください。

5 聴力

会話音の聞き取りに問題がないか、医師が診察時に確認します。講義が聞き取りにくいなど、不便さを感じている人は、保健管理センターで相談してください。

6 胸部レントゲン検査

肺疾患(肺炎や肺結核など)、背骨の異常、心拡大などがいないか確認する検査です。異常を指摘された場合は保健管理センターで医師の説明を受けてください。

7 内科診察

医師が問診と診察をします。聴診(心音、呼吸音)や頸部触診(甲状腺、リンパ節)、眼瞼結膜(貧血・黄疸の有無)、皮膚の状態などを診察しています。所見を指摘された人は、保健管理センターに来てください。

問診票の回答で、「現在治療中の病気がある人」などは、検査に異常がなくても、確認(就学上問題がないかどうか)をさせていただきます。保健管理センターにお越しく下さい。



★健診結果のA~Eの意味は以下のとおりです★

- A: 異常ありません。
- B: 基準値から外れていますが、心配のない範囲です。
- C: 再検査が必要です、あるいは生活習慣の見直し、改善が必要です。
保健管理センターで再検査、医師・保健師・栄養士によるアドバイスをうけてください。
(医療機関での再検査をおすすめることもあります)
- D: 詳しい検査や治療が必要と思われる。
保健管理センターで医師の結果説明を受けてください。適切な医療機関に紹介します。
- E: 今後も主治医に指示に従って、治療を続けてください。

★新入生は血液検査も実施しました

8 血液検査

肝機能: AST (GOT)、ALT (GPT)は肝臓に多く含まれる酵素です。肝臓の細胞などが病変により壊れると、これらの酵素が血液中に出て高い値を示します。異常値が出た場合は、ウイルス性肝炎や脂肪肝などが疑われますので、医療機関での再検査や精密検査が必要です。

脂質: 中性脂肪やLDLコレステロールが高い、または、HDLコレステロールが低い状態が続くと、動脈硬化(動脈が弾力性を失い硬く、もろくなること)を進行させ、脳梗塞や心筋梗塞を起こす危険性を高めます。異常値を指摘された場合は、体質が強く関与している場合もありますので医療機関で相談しましょう。また、食事など日頃の生活習慣を見直すことも大切です。

糖代謝: 血糖値とは血液中に溶けているブドウ糖の濃度です。血糖値は、膵臓から分泌されるインスリンやグルカゴン、成長ホルモン、副腎皮質ホルモンなど多くのホルモンの働きによって、70~140 mg/dl に厳格に調整されています。高い場合は、糖尿病、ホルモン異常などが疑われます。ヘモグロビンA1cは、過去1~2ヶ月の平均血糖値を反映し、平均血糖が高くなると値が上昇します。いずれも異常値を指摘された場合は、医療機関での精密検査が必要です。

尿酸: 尿酸はたんぱく質の一種であるプリン体という物質が代謝された後の老廃物で、尿から排泄されます。産生・排泄のバランスに問題がおこり、血液中の尿酸が高い状態が続くと、結晶となって関節に蓄積し、突然の関節痛を引き起こします(これを痛風発作といいます)。また、尿路結石も作られやすくなります。体質と食生活の両方の要因が影響していますので、高い場合は医療機関で相談しましょう。

感染症抗体検査

麻疹、風疹、流行性耳下腺炎(おたふく)、水痘の原因となるウイルスに対する免疫の量(抗体価)を調べる検査です。これらのウイルスはとも感染力が強く、重症化すると命を落としたり、後遺症を残したりする場合があります。風疹は妊娠中にかかる、先天性風疹症候群などの障害を子どもにおこす恐れ感染症です。しかし、予防接種で十分な抗体を獲得すれば、一生かからなくてすむのです。

	基準値(EIA 法)
麻疹	16.0 以上
風疹	8.0 以上
流行性耳下腺炎	4.0 以上
水痘	4.0 以上

いずれかの抗体価が基準値未満だった人は、母子手帳で予防接種歴を確認し、生まれてから今までに 2 回以上接種していなければ、追加接種を受けてください。

追加接種は、岐阜大学病院で受けることもできます。保健管理センターで予約してください。

教育実習、病院実習、介護実習などに参加する場合は、自身が感染源となったり、感染者となったりしないために、十分な準備が必要です。