

ほのか診察室

HONOKA Consultation room



シリーズ

第92話

健診結果の見方 ～早期発見・予防のために～



市民病院
総合診療科医長
木村 里紗
監修

肝障害を起こす可能性が高いので、注意が必要です。
肝臓は「沈黙の臓器」と言われるほど、トラブルを抱えても症状が現れにくい臓器です。知らず知らずのうちに病気が進行していることも多いので、肝機能検査の結果でいち早く異常を発見することが大切です。

尿酸検査

飲酒が多い方は、尿酸検査の値も確認が必要です。尿酸値とは、血液中の尿酸の濃度を示したもので、これが一定の値を超えると高尿酸血症を発症します。高尿酸血症の代表的な疾患が痛風です。予防には、プリン体を多く含んだ食品（レバー類、白子、ビールなど）を控えることが大切です。

脂質検査

脂質検査では、血液中に含まれる脂質（血中脂質）を調べます。主なものはコレステロールと中性脂肪です。通常、血中脂質は一定の量に保たれるよう調整されていますが、体の中でうまく処理されなかったり、食事からとる脂質が多すぎると、血中脂質が基準値を超える脂質異常症を起こします。脂質異常症は動脈硬

化の最大の危険因子と言われており、心筋梗塞や脳梗塞などのリスクを高めます。予防のためには、過食、多量の飲酒に気を付け、適度な運動を行うことが大切です。

糖尿病検査

ヘモグロビンA1c(HbA1c)という検査は血糖値を測る検査です。この検査値が基準値を上回ると糖尿病を疑います。糖尿病は進行すると治りにくい病気であり、重篤な合併症を引き起こす怖さがあります。早期発見ができれば、食事療法や運動療法により悪化を抑えることができます。

人は元気に暮らしていると、「自分は健康だ」と信じてしまいがちです。しかし、多くの成人がかかっていると言われる高血圧や脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病には、自覚症状がほとんどありません。健康診断は、そんな自覚症状のない人が、自分の健康状態を知って生活習慣病を予防したり、隠れた病気を発見するために行われています。健康診断の大切さをしっかり理解し、1年に1回は受けるようにしましょう。

春

は健康診断の季節です。健診結果を受け取って、身長・体重・血圧などを確認したら、それ以外のよく分からない検査結果は見ないという方は意外と多いのではないのでしょうか。

しかし、健診結果には生活習慣病予防のための情報がたくさん入っています。せっかくの予防のきっかけを逃さないよう、健診結果を読み取る知識を身に付けることから始めましょう。

肝機能検査

肝機能を調べる検査では、AST(GOT)、ALT(GPT)、γ-GT、GTPの値を調べます。AST、ALTは肝臓の細胞に多く含まれ、細胞が壊れたときに血液中に出てくる酵素であり、この値が高いことは肝臓の細胞が壊れていることを示します。数値により、慢性肝炎や肝硬変などを疑います。また、γ-GTPはアルコール摂取に反応して高値になります。アルコールによる