

シリーズ第20話

## 特定健診における 臨床検査項目の見方・考え方



新城市民病院 臨床検査課  
いのうえひろゆき  
運営課長 井上博之

**【特定健診は、問診、身体計測・診察、血圧測定のほか、臨床検査8項目で構成されています。今回は、「検査したけどどこが悪いのか、数値だけでは何の検査かわからない」という人へ、臨床検査の各項目について説明します。**

**【中性脂肪(TG)】**  
体内でエネルギー源として利用されますが、余分なものは皮下脂肪や内臓脂肪として蓄えられます。中性脂肪が多くなる最大の理由は肥満で、食べ過ぎ、飲み過ぎ、運動不足で数値が上昇し、脳卒中や心筋梗塞などを発症させる危険性が高まります。中性脂肪を減少させるには、食事のコントロールを中心とした生活スタイルの改善が必要です。

### 【HDLコレステロール】

善玉コレステロールと呼ばれ、血管内に付着した脂肪分を取り除き、動脈硬化を防ぐ働きがあります。喫煙や肥満、運動不足、糖尿病などで値が下がってしまい、心筋梗塞や脳梗塞などを誘発する恐れが強まります。禁煙、適度な運動、脂肪分の少ない食事(ガンマ・シーターピー)に気を配りましょう。

### 【LDLコレステロール】

悪玉コレステロールと呼ばれ、増えすぎると血管内に付着し、動脈硬化性疾患の直接的な危険因子と考えられています。

### 【AST、ALT】

従来、ASTはGOT、ALTはGPTと呼ばれていました。どちらも肝臓に多く含まれ、肝細胞が障害を受けると値が高く

なります。ASTは心臓や骨格筋などにも含まれているため、これら2つの値を調べることで障害を受けた部位を判断する手がかりとなります。ALTの値が高い場合は肝臓疾患が疑われます。

### 【GTP】

アルコール性肝障害や薬剤性肝障害などで上昇します。肝臓、胆道系の病気を調べる検査です。週に2日以上は休肝日を設けましょう。

### 【血糖検査】

血液中のブドウ糖の値を調べ、糖尿病をチェックします。「HbA1c」は比較的長期の血糖の状態を表します。糖尿病ではインスリンが不足したり、機能しなくなったりして血糖値が高く

なります。食生活の改善や適度な運動を取り入れた生活が必要です。

### 【尿検査】

尿蛋白は、腎臓や膀胱などの障害によって排出されます。激しい運動後、過労、発熱時にも高くなる場合があります。尿糖は、血糖値が高くなると検出されます。

臨床検査データは、あなたの体の中の異常をいち早く教えてくれます。もし症状が出ていなくても、臨床検査の結果、代謝異常を指摘されたときには、早めに受診し、生活習慣の改善や適切な治療を行うことで、将来的に発症する恐れのある糖尿病や動脈硬化などを予防することが可能になります。

	基準値	単位
中性脂肪	30 ~ 149	mg/dl
HDLコレステロール	40 ~ 96	mg/dl
LDLコレステロール	139以下	mg/dl
AST	13 ~ 33	U/1
ALT	男 6 ~ 30 女 6 ~ 27	U/1
-GTP	10 ~ 47	U/1
空腹時血糖	70 ~ 109	mg/dl
HbA1c	4.3 ~ 5.3	%
尿蛋白	(-)	
尿糖	(-)	

基準値は当院の基準値で、施設によって若干異なることがあります。