

結果の見方と保健管理センター診療のご案内

- A : 基準範囲を外れる所見はありません。
- B : 軽度, 基準範囲を外れる, または記載の所見があります。
必要に応じて面接, 再検査, 生活習慣指導を受けてください。
- C : 基準範囲を外れる, または記載の所見があります。
面接, 再検査, 生活習慣指導, 治療を要します。

各判定は, あくまでも目安です。判定に関わらず, 自覚症状がある方, 経過観察中・治療中の疾患がある方は, 主治医または保健管理センターにご相談ください。

計測(身長・体重・腹囲)

BMI は [体重(kg) / {身長(m)}²] で求められる体格指数で, 標準は男女とも 22.0 です。18.5 未満はやせと判定されます。25.0 以上は肥満と判定され, 生活習慣病のハイリスク群です。食事や運動に注意し, 定期的に家庭でも体重測定をしましょう。急激な体重増加または減少がある場合は, 早めに医療機関を受診してください。

また, 内臓脂肪の蓄積による肥満は, 高血圧・糖尿病・脂質異常症や動脈硬化などの原因となります。腹囲が男性で 85 cm 以上, 女性で 90 cm 以上の場合, 内臓脂肪型肥満と診断しメタボリックシンドロームの可能性あります(裏面参照)。

視力

急激な視力低下, 目のかすみ, 目の奥の痛みなどの自覚症状がある場合は, 早めに医療機関(眼科)を受診してください。裸眼視力 0.7 未満の場合は矯正(メガネ・コンタクト)することをお勧めします。

聴力

1000Hz = 低音域, 4000Hz = 高音域です。初めて聴力低下を指摘された場合や, 以前より聴力低下の程度が悪化し日常生活に支障がある場合などは, 耳鼻科受診をお勧めします。

血圧, 脈拍

2回測定した場合は2回目の値を記載します。140/90mmHg 以上は高血圧で, 脳卒中, 心血管疾患のリスクを高めるので内科受診をお勧めします。特定健康診査では 130/85mmHg 以上をリスクとしています。また, 脈拍の数が 1 分間に 60 回未満の場合を「徐脈」, 1 分間に 100 回を超える場合を「頻脈」といいます。不整脈, 甲状腺疾患などの指標になります。

検尿(蛋白・潜血・糖)

尿蛋白や尿潜血が陽性の場合には腎・泌尿器系疾患を, 尿糖が陽性の場合には糖尿病の可能性あります。尿蛋白, 尿潜血が(1+)以上の方は, 再検査が必要です。尿の再提出用の容器を同封いたしますので, 指定の日時に再検査を受けてください。だるい, むくむ, 微熱がある, 排尿痛があるなど自覚症状がある場合は, 内科受診をお勧めします。

内科(心音・他覚所見)

問診・視診から必要と判断された場合には, 診察を行います。所見により専門の心音の聴診やその他の所見の診察を行います。病的な心雑音の可能性ある場合は医師との面接, 精密検査, 経過観察等の指示があります。

診療, 健康相談のご案内

各地区診療所では, 診療および健康相談を行っております。診療日時, 医師の専門は事前にご確認ください。

* ホームページ <http://www.hcc.keio.ac.jp/> でも確認できます。

また, 診療時間以外でも, 健康診断結果についてのご質問には保健師が対応いたします。



- ◎ 医師の専門は・・・
- 腎・高血圧 / 武田, 畔上
 - 心臓 / 和井内, 牧野
 - 糖尿病・代謝 / 広瀬, 後藤
 - 呼吸器・禁煙 / 森, 西村(知泰)
 - 消化器 / 横山