

# 「健診結果を活用しよう～結果の見方 その1～」

文=竹内 志保(保健師)

## 羽

幌町の特定健診では、身体計測、血圧測定、尿検査、眼底検査、心電図検査、血液検査を行っています。これらの結果と問診や診察内容を総合的にみて、生活習慣病が進行する危険性がないか、あるいはすでに病気ではないかと判断をします。検査結果には一般的な基準値が決められており、その基準から外れていると体の中に病気の兆しがあると考えます。

羽幌町の特定健診の結果をみると、受診者の約半数がヘモグロビンA1c、血圧、LDLコレステロールが基準を超えています。では、この「ヘモグロビンA1c」「血圧」「LDLコレステロール」が基準を超えていると、体の中でどのようなことが起こっているのでしょうか。

### 【ヘモグロビンA1cが高い】

ヘモグロビンA1cは糖尿

病について調べる検査のひとつで、過去1〜2か月間の血糖値の平均を表します。健診当日の空腹時血糖が低かったとしても、ヘモグロビンA1cが基準を超えている場合、



日常的に高血糖の状態が続いていると考えます。つまり、糖尿病に近づいている、あるいは糖尿病の可能性があるといえます。

### 【血圧が高い】

血圧は心臓が押し出す血液が血管の壁に与えている圧力を測っているものです。血圧が高くなると、血液を押し出すポンプの役割をはたす心臓には大きな負担がかかってき

ます。また血管自体の弾力性やしなやかさを失わせ血管を硬くするため、血管の壁に傷がでやすくなり、出血したり血管の内側が狭くなり詰まりやすくなっていることも考えられます。

### 【コレステロールが高い】

コレステロールとは、脂質の一種で人の血液中だけでなく、脳、内臓、筋肉など全身に広く存在しており、細胞膜、性ホルモンや副腎皮質ホルモン、脂肪の消化吸収を助ける胆汁の材料になります。コレステロールは大きく4つに分けられ、その中で特に健診で



話題になるのが、LDLコレステロールとHDLコレステロールです。血液の中で余ったコレステロールを拾って血管の

中を掃除する役割を持つものがHDL、逆に血液中にどんどんコレステロールを捨てていくものがLDLコレステロールです。LDLが多すぎると、脂質異常症(高脂血症)と言われ動脈を硬くします。この動脈硬化が進むと、脳梗塞や心筋梗塞など命に直接かわる病気になります。動脈硬化は全身の血管にも、れなく影響を与えるため、脳や心臓だけではなく、体の中で最も血流に富み毛細血管が多い臓器である腎臓にもダメージを与えます。腎臓の細胞は再生能力がなく、低下した機能を回復させるのは非常に難しいことなのです。ですから、健診を受診した方は健診結果を正しく読み取り、異常値を改善していくことが大切になります。