2026 年 4 月更新

強化部会健康診断　結果の見方≪校医監修≫

K-SMAPY II (個人情報照会)で結果を閲覧できます。

「異常あり(保健室に要来室)」の記載がある場合は、保健室に来室してください。



内科診察

視診：全身を観察することで異常がないかを判断する

触診：身体に触れて異常なものを見つける

聴診：聴診器を胸や背中に当て呼吸や心臓の音を聞いて異常音が聞こえないかを調べる

心電図検査

心臓が鼓動を打つ際の微弱な電気信号を波形として記録し、その波形から心臓の状態を把握する検査です。不整脈や心臓の動脈硬化による変化などの有無を見ます。有所見の場合、放置してよいものから受診を必要とするものまで、いろいろな段階があるので、健康診断結果の判定に従ってください。



血液検査

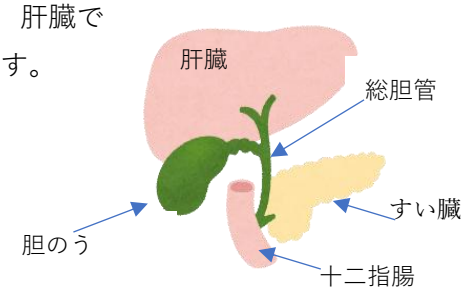
血液に含まれている化学成分や血球の量を調べて、病気の診断やリスクの発見に役立てます。



★肝機能【AST(GOT)・ALT(GPT)・γ-GTP】

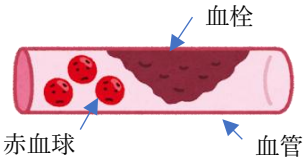
AST(GOT)、ALT(GPT)は肝細胞がどのくらい壊れているかを示します。数字が大きいほどたくさんの肝細胞が壊れていることになります。しかし、AST は肝臓だけでなく筋肉や血球にも含まれているので、激しい運動で筋肉組織が傷ついたり、血球が壊れた時も上がります。一方、ALT はほとんどが肝臓にある酵素なので、脂肪肝や肝炎など、肝臓そのものの障害が原因で上がります。

γ-GTP はアルコールの飲みすぎなどで上昇しますが、その他、肝臓でつくられる胆汁の通り路である胆管の通りが悪い時にも上昇します。



★脂質【LDL コレステロール、HDL コレステロール、中性脂肪】

脂質の異常は、LDL コレステロール（いわゆる悪玉コレステロール）、HDL コレステロール（いわゆる善玉コレステロール）、中性脂肪（トリグリセライド）の数値で確認します。これらの項目の数値は動脈硬化の発症や進行と関連します。動脈硬化とは動脈が硬くなって弾力性が失われた状態で、血管が詰まりやすくなり心筋梗塞や狭心症などが起こりやすくなります。



★糖代謝【血糖・HbA1c】

血液中のブドウ糖を測ります。

高血糖：空腹時の採血で、110 ㎎/dl 以上の場合に糖代謝の異常が疑われ、126 ㎎/dl 以上の場合に糖尿病が強く疑われます。

低血糖：血糖値が低下すると冷や汗や手先のしびれ、冷感、意識障害などが現れます。特に糖尿病治療中の方は自覚症状に注意しましょう。

血糖は食事の影響を受けるのに対して、HbA1c は、だいたい 2 ヶ月くらいの血糖を反映するので、直前の食事の影響を受けにくい糖尿病の指標として、検査でよく利用されています。



★白血球数

多いと体内のどこかに細菌による感染が存在する可能性があります。また、喫煙、運動、ストレス、肥満、アルコールの飲みすぎなどで増えることがあります。

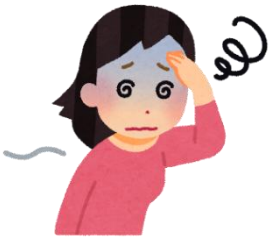
少なすぎると体の防御反応が低下して、病気にかかりやすくなります。

個人差があるので、いつもの自分の値を知っておくことが大切です。



★貧血【赤血球数・血色素・ヘマトクリット・MCV・MCH・MCHC】

赤血球数・血色素・ヘマトクリットが増加すると多血症が疑われます。水分不足、喫煙、ストレス、肥満などが原因のことがあります。減少すると貧血の存在を示します。貧血は食事の偏りや消化管・婦人科系臓器からの出血などで起こりやすく、血中の鉄欠乏をきたしていることがあります（鉄欠乏性貧血）。また、激しい運動に起因する貧血、血液をつくる臓器である骨髄の異常などによる貧血もあります。貧血の種類を区別するために MCV・MCH・MCHC を使います。



★血小板数

血小板は、血液を凝固させ出血を止める役目を持っています。

出血後の反応で一時的に増加したり、体質的に多いことがありますが、血栓ができやすかったり、骨髄増殖性疾患が隠れていることもあります。

減少すると鼻血や歯ぐきから出血しやすく、血が止まりにくく、体に青あざができたりします。基準値以下なら感染症、血液疾患、薬剤性などの可能性も考えられます。





國學院大學保健室