

定期健康診断～検査項目と結果の見方

検査項目	検査目的	基準値	結果の見方	健康センターより								
身体計測 (BMI)	おおまかに健康状態を評価できます。 体格指数 BMI を用いて、病気の発症と関連の深い低体重や過体重をスクリーニングします。	[BMI 計算方法] 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m) 正常範囲は 18.5 以上 25 未満です。 <table border="1" style="margin: 10px auto;"> <tr> <td>BMI 値</td> <td>日本肥満学会基準</td> </tr> <tr> <td>18.5 未満</td> <td>低体重</td> </tr> <tr> <td>18.5～25 未満</td> <td>普通</td> </tr> <tr> <td>25 以上</td> <td>過体重</td> </tr> </table> ※BMI22 が最も病気にかかりにくいと言われています。	BMI 値	日本肥満学会基準	18.5 未満	低体重	18.5～25 未満	普通	25 以上	過体重		低体重や過体重は、食事や運動などの日常的な生活習慣が影響していることが多いものの、消化器系の病気や感染症によるものの他に、こころの状態が影響をおよぼしていることがあります。また、結果として月経異常を引き起こすこともあります。 健康センターでは、女性の健康課題であるサルコペニア(加齢による筋肉量の減少と筋力の低下)や骨粗鬆症への影響などを含む「将来につながる身体づくり」の視点で、健康状態や生活習慣を見直す機会を設けています。健康相談や全身の詳細な構成成分量(筋肉や骨、脂肪など)を測定できる『InBody』(千代田キャンパス設置)も利用ください。
BMI 値	日本肥満学会基準											
18.5 未満	低体重											
18.5～25 未満	普通											
25 以上	過体重											
視力検査	学業や日常生活に支障のない見え方であるかどうかの検査です。	0.7 以上	○裸眼：眼鏡やコンタクトレンズを使用していない状態 ○矯正：眼鏡やコンタクトレンズを使用して視力を得ること	左右それぞれの視力が 0.7 以上を保つように、視力が満たない場合は眼鏡やコンタクトレンズの使用を検討してください。 視力に関して修学上の配慮が必要な場合は申し出てください。								
血圧測定	血圧は心臓が動脈を通して全身に血液を送り出す圧力です。 高血圧や低血圧を早期に発見し、生活を見直すことで心臓病、脳卒中、腎臓病、低栄養等の発症を予防します。	収縮期血圧／拡張期血圧 90～130mmHg 未満／かつ 80mmHg 未満	血圧は感情やストレス、痛み、身体活動などにより常に変動します。内科検診の医師が総合的に判断します。 ○経過観察：正常血圧から外れますが次年度の定期健康診断まで様子をみます。年度中に異変が生じた場合は、健康センターに来室の上相談してください。 ○再検査：健康センターから連絡を受けたら来室してください。家族歴や生活習慣等をお聞きした上で、1 週間程度の家庭血圧測定あるいは医療機関への受診をお願いします。									
尿検査	体内の血液は腎臓を通して濾過・再吸収され、1.0～1.5 ㍓/日の尿として水や電解質などの老廃物を体外に排出します。 慢性腎臓病や尿路系の病気、糖尿病の早期発見・早期治療のために行います。	[一次検査～随時尿] 蛋白 (-) 糖 (-) 潜血 (-) [二次検査～早朝尿] 蛋白 (-) ～ (±) 糖 (-) 潜血 (-) ～ (±)	○随時尿では、(-) 以外は早朝尿の再検査を行います。 ○早朝尿では、(+) 以上の場合は医療機関での再検査をお願いします。 ※(-) は陰性、(±) は擬陽性の意味です。	『生理初日～生理終了後 3 日目迄』や体調不良時の尿検査では結果が陽性になることがあります。 尿所見異常に伴う精密検査では「異常なし」や「所見はあるが心配なし」との診断結果も見られます。人によっては 20 年を経過して症状の出る腎臓の病気の場合もありますから、再検査を指示された場合は必ず検査を受け、治療が必要な所見があるのか、確認をお願いします。								
胸部 X 線撮影	学業や日常生活に差し支えの出るような病気はないか、結核など、ほかの人に影響を与えるような感染症にかかっていないかスクリーニングします。	異常なし	○心配なし：所見はありますが、問題ありません。 ○経過観察：所見はありますが次年度の定期健康診断まで様子をみます。年度中に異変が生じた場合は、健康センターに来室の上相談するか医療機関受診を検討してください。 ○再検査：医療機関での再検査をお願いします。健康センターから連絡を受けたら来室してください。健康診断では多くの学生を検査・診察するため、所見に関する詳細な確認や診断は医療機関で行うことになります。 ○治療中：自己中断せず、主治医から治療終了の判断が出るまで通院を継続してください。 ※胸部 X 線撮影・心電図検査で上記結果の場合は結果表をお渡しします。健康センターから連絡を受けたら来室してください。									
診察	医師が問診・視診・聴診・触診を用いて、栄養状態や貧血、眼や皮膚・甲状腺やリンパ節・心臓や呼吸器などに病気を疑う兆候がないか診察します。	異常なし										
心電図検査	診察により、不整脈(心臓のリズムの異常)が疑われる場合に検査を指示されます。	異常なし		なお、健康診断で把握された現病歴について、現在の健康状態や日常生活制限、修学に関する配慮事項の有無を確認するために、健康センターへの来室をお願いします。								

参考・引用文献：エビデンスに基づいた健康診断の勧め 若者から始める健康管理,2020 新版 学生と健康-若者のためのヘルスリテラシー-,2011

