

# 健康管理表 (健康診断による経年変化の確認)

グループアトム

	検査項目	基準値	診断年月日	診断年月日	診断年月日	診断年月日	注意すべき状態や病気
			/ /	/ /	/ /	/ /	
身体測定	BMI	18.5~24.9					痩せすぎ、肥満
血圧	収縮期血圧 (最大血圧)	129以下					高血圧、動脈硬化
	拡張期血圧 (最小血圧)	84以下					
脂質代謝	HDL コレステロール	40~119					低値で動脈硬化、脂質代謝異常
	LDL コレステロール	60~119					高値で動脈硬化、心筋梗塞や脳梗塞
	L/H比	2.0以下					分母HDL, 分子LDL
	中性脂肪	30~149					低値で低栄養、高値で動脈硬化
	Non-HDL コレステロール	90~149					低値で低栄養、肝硬変 高値で動脈硬化、脂質代謝異常
糖代謝	血糖	99以下					糖尿病
	HbA1c	5.5以下					
肝機能	GOT (AST)	30以下					肝硬変、脂肪肝、肝炎など。
	GPT (ALT)						心疾患、筋肉疾患のこともある
	γ-GTP (γ-GT)	50以下					過度の飲酒、肝障害、胆汁うっ滞など

\* 検診の基準値は健康な人の95%が入る範囲を意味し病気の判断基準とは異なる。基準値イコール正常値ではない。

\* 過去の検査数値と比べ数値が悪化していたら要注意。

