



## 検査でわかること



### ★ 血液検査

#### 糖代謝検査



血糖 基準値 空腹時 80~110mg/dl 未満 食後 2 時間 80~140mg/dl 未満

血液の中にあるブドウ糖のことで、体のエネルギー源として重要です。  
血糖コントロールの状態を判断する上で最も重要な目安になります。  
空腹時血糖は最低 10 時間以上、水以外の飲食物をとらない時の血液中のブドウ糖の量  
です。 血糖値は食事によって大きく変化します。  
糖尿病では空腹時血糖が 126mg/dl 以上と定義されています。

HbA1c (グリコヘモグロビン・エイワンシー) 基準値 JDS 値 5.8%未満 NGSP 値 6.2%未満

過去 1~2 か月間の血糖値の平均的な状態を調べるための検査です。  
赤血球の蛋白であるヘモグロビン (Hb) とブドウ糖が結合したものがグリコヘモグロ  
ビンです。  
検査前の食事の時間・内容、運動などの影響を受けないことから糖尿病のコントロール  
状態の指標となります。

※JDS 値・・・H24.3.31 まで NGSP 値・・・H24.4.1~新たに使用する国際標準値

#### 脂質検査

総コレステロール 目標値 200mg/dl 未満



血液中の脂肪の一つです。この値が高い(高脂血症)と動脈の壁に沈着して動脈硬化の原因  
となります。  
80%は肝臓で合成され残りは食事から摂取されたものです。  
女性では、閉経前後から女性ホルモンの減少によって高くなる傾向にあります。

LDL コレステロール 目標値 120mg/dl 未満

肝臓のコレステロールを体の隅々まで運ぶ機能をはたし、動脈硬化などをひきおこす作  
用が強いことから“悪玉コレステロール”と呼ばれています。

HDL コレステロール 目標値 40mg/dl 以上

血管壁に付着したコレステロールを回収して肝臓に運び戻します。  
動脈硬化を防ぐ働きをすることから“善玉コレステロール”と呼ばれています。

中性脂肪 目標値 150mg/dl 未満（早朝空腹時）

食物として取る脂肪の大部分で、体のエネルギー源として使われ、余分なものは肝臓や脂肪組織に蓄えられています。

数値が高くなる原因としては、暴飲暴食や運動不足などの生活習慣が多いと考えられています。

食事やアルコールによって大きく影響されるため 12 時間以上の絶食後採血でなければ不正確になります。

## 肝機能検査



AST (GOT) 基準値 30 IU/L 以下

肝臓、心筋、骨格筋、腎臓などに存在するアミノ酸を作る酵素で主に肝機能、心臓の機能を表す指標です。これらの臓器の細胞が壊れると血液中に流出し値が高くなります。

ALT (GPT) 基準値 30 IU/L 以下

肝臓の細胞に多く含まれる酵素です。

肝細胞が壊れると、この ALT が血液中に流出し値が高くなります。

肝細胞障害における特異性が GOT に比べて高い酵素です。

$\gamma$ -GTP 基準値 男性 11~64 IU/L 女性 8~45 IU/L

肝臓や胆道の異常で高くなります。

高値の場合は、アルコール性肝炎、慢性肝炎、薬剤性肝障害などが疑われます。

## 腎機能検査

クレアチニン            基準値 男性 0.5~1.0mg/dl 女性 0.2~0.8mg/dl

腎臓の働きをみる検査で老廃物として腎臓から尿中に排泄されるものです。  
腎疾患系の病気で上昇することがあります。

e-GFR                    90ml/min 以上

腎臓が1時間あたりに処理できる尿量を示すGFR（糸球体濾過量）を血液中のクレアチニン値と年齢と性別から計算式により求めたものです。  
腎機能のスクリーニング検査として腎機能異常を疑う場合やその経過観察として用いられます。



## 尿検査

尿糖                    正常 (-)

尿中に含まれているブドウ糖（尿糖）の濃度を調べる検査です。  
専用の試験紙を尿に浸して測定します。  
通常は尿中に糖分は含まれませんが、血液中のブドウ糖がある一定の濃度を超えると尿の中に出てきます。  
“閾値” といひ血糖値が 160~180mg/dl 以上になると尿に糖がでるといわれています。

尿蛋白                正常 (-)

通常、蛋白質はほとんど尿には排泄されません。  
ところが糖尿病が悪化して腎臓が障害されると尿中に蛋白質が漏れ出します。  
健康な人でも一時的な生理的蛋白尿がみられることがあります。

尿中微量アルブミン            基準値 30.0mg/g・CRE 以下(クレアチニン換算値)

専用の試験紙では検出できない微量なアルブミンという蛋白質を特殊な方法で測定します。  
初期の糖尿病性腎症など早期に腎障害を発見することができます。

## 尿中ケトン体 正常 (-)

糖尿病の状態や血糖コントロールがうまく管理できているかどうかを判断するのに使われます。

脂肪の代謝産物で 糖尿病のように血液中のグルコースが体のエネルギー源としてうまく使われず代わりに脂肪がエネルギー源として燃やされたときに陽性となります。

飢餓状態でも陽性となります。

試験紙を使ってチェックします。

