

# ハロー通信



2022 秋

## 検査値ってどうやって見るの??



一年に一回の健康診断や、経過を見るためにたびたびする検査。しかし・・・

「検査はしたものの、記号ばかりでよく分からない・・・。」

「どういう病気でどんな値が上がったり、下がったりするの?」など疑問に思ったことはありませんか?

今回は何の目的で検査するのか、どういう時に値が上昇・低下するのかなど簡単な表を作ってみました!

検査値	基準値	単位	目的など	高い時	低い時
赤血球 (RBC)	3.8~5.7	$\times 10^4 / \mu\text{L}$	貧血、多血症など。 様々な項目から貧血の種類が分かる。	多血症、脱水状態 喫煙など	鉄・ビタミンB12不足、貧血、 腎障害など
ヘモグロビン (Hb)	12~16	g/dL			
ヘマトクリット (H $\downarrow$ )	35~48	%			
MCV (赤血球の量)	81~100	fL			
MCH (赤血球の色)	27~34	pg			
MCHC (赤血球の濃度)	31~36	g/dL	3つのMCV、MCH、MCHC)数値のバランスで貧血の種類を判断する		
血小板 (PLT)	150~35	千/ $\mu\text{L}$	出血・血栓傾向	血管炎、腫瘍など	肝硬変、骨髄機能低下など
白血球 (WBC)	4~10	千/ $\mu\text{L}$	細菌感染症などの 炎症疾患、ガン、 造血疾患の有無	感染症、白血病など	再生不良性貧血など
好中球	40~60	%		免疫が働いている時	感染症にかかりやすくなる
リンパ球	26~40	%		感染症、ウイルス性	低栄養時など
単球	2~8	%		疾患、炎症)など	骨髄抑制、がんなど
好酸球	0~6	%		喘息、アレルギー疾患	敗血症、臓器不全
好塩基球	0~1	%		など	
CRP	0.15以下	mg/dL		感染、炎症疾患	リウマチ、けがなど
GOT (AST)	10~40	U/L	肝機能評価	肝臓疾患、心筋梗塞 など	特になし
GPT (ALT)	5~40	U/L		アルコール摂取など	たんぱく質不足など
$\gamma$ -GTP	10~65	U/L		胆道疾患、骨折など	骨粗しょう症など
ALP (ALP)	38~113	U/L		心筋梗塞、肝障害	特になし
LDH (LDH)	118~23	U/L		心臓の疾患など	心筋炎などの筋疾患
クレアチンキナーゼ (CPK)	50~220	U/L	脂質代謝異常	脂肪の多い食事摂取	貧血、脳出血、栄養不良など
総コレステロール (TC)	120~220	mg/dL	虚血性心疾患	脳梗塞のリスク↓	喫煙、運動不足など
善玉 (HDL-C)	40以上	mg/dL	動脈硬化 などの有無	動脈硬化など	甲状腺機能亢進など
悪玉 (LDL-C)	60~119	mg/dL		脂肪肝、急性膵炎	極端な糖質、脂質制限
中性脂肪 (TG)	30~150	mg/dL			
空腹時血糖	70~110	mg/dL	血糖コントロール	高血糖、甲状腺異常、 ストレスなど	溶血性貧血、肝障害
HbA1c	4.9~6.0	%			
尿酸窒素 (BUN)	8~20	mg/dL	腎機能評価。加齢 により低下し、筋 肉量に比例する	腎機能低下、感染症	低たんぱく、多尿
クレアチニン (CRE)	0.65~1.10	mg/dL		腎機能低下	60以上で正常
eGFR	60以上	mL/分/1.73m <sup>2</sup>		60以上で正常	腎機能低下
尿酸 (UA)	3.7~7.8	mg/dL	高尿酸血症	痛風、腎障害など	腎性低尿酸血症など
Na	135~145	mEq/L	電解質異常	脱水、塩分過剰	水分過剰、肝・腎機能低下
K	3.5~5	mEq/L		不整脈など	嘔吐、下痢、副腎機能低下
Cl	98~108	mEq/L		下痢、嘔吐、脱水など	

※基準値は病院ごとに多少異なることがあります

ここで、薬を飲む上で大事な検査値の一つである **腎機能** についてみてみましょう。



**くすりと腎臓の関係性は？**

薬は体の中で効果を発揮したあと、腎臓や肝臓などで代謝されて体外に排出されます。腎臓の働きが悪いと代謝に時間がかかり、薬の効果が長くなりすぎる＝副作用が出てしまうことも。健康な腎臓であっても薬の分解を頑張りすぎて負担がかかる＝腎機能が悪化し透析につながる可能性も・・・など影響を受けやすいです。

例えば **糖尿病の薬** で調節が必要なもの

eGFR	90～60	60～30(中等度腎機能)	30～15(重度腎機能)
ジャヌビア	100mgまで	50mgまで	25mgまで
メトホルミン	2250mgまで	750～1500mgまで	投与できない
グリメピリド	6mgまで	腎機能に注意して投与	投与できない

他にもロキソニンなどの鎮痛剤、不整脈の治療薬、細菌やウイルスに対抗する薬、便秘薬であるマグミットなどいろいろな種類の薬が腎臓に影響与えます。腎臓の機能によって薬の量を調節する必要がでてくるのです。また、加齢による腎機能低下には薬の量を調節することで副作用を防げます。薬による腎機能悪化では薬を中止することで次第に回復していくことが多いですが、自分の判断で薬を調節するのは危険です！

**ぜひ検査表を持って薬局薬剤師にご相談ください。**



自分でできる腎臓に優しい生活習慣、食生活とは？



- ★過度なタンパク質は腎臓に負担をかけてしまうため、**魚、肉、大豆**など良質な食品を適切な量食べましょう。
- ★腎機能悪化→カリウム排泄がうまくできなくなる→体内のカリウム値上昇→不整脈と危険な疾患に！  
できるだけカリウムが多く含まれている食べ物（**いも類、ドライフルーツ、ピーナッツ、アーモンド、バナナ**など）の摂取を減らしたり、**野菜は茹でたり、流水にさらしましょう。**
- ★**塩分**を一日 **6 g 以下に抑える**ように心がけましょう（ラーメン一杯でおおよそ 5 g 含まれる）
- ★タバコ・飲酒はほどほどに、**適度な運動**をしましょう。

**若水ハロー薬局**

新居浜市若水町 1-7-16 Tel 31-1850 Fax 31-1849

- ☆ 決めよう！ 利用する「**かかりつけ薬局**」を一つ決めよう
- ☆ 探そう！ 何でも相談できる「**かかりつけ薬剤師**」を探そう
- ☆ 活用しよう！ あなたの健康をサポートします

