

健康診断の基準が変わると聞いたのですが？

Q：日本人間ドック学会は、約150万人健診受診者のデータを基に基準の範囲を策定しましたが、病気の治療目標値と違うようです。どのように考えたらよいですか。

A：日本人間ドック学会が公表した基準値は、あくまで、健康な人が健康診断などで「異常なし」と判定される基準範囲のことです。病気になったときの目標値とは違うので注意が必要です。個人でも測定条件によって値が変わったりするので、普段の自分自身の測定値を把握しておくことが大切です。

日本人間ドック学会と健康保険組合連合会はこのほど、血圧や血糖値、コレステロール値、肥満度などについて、健康診断や人間ドックで「異常なし」と判定する血液検査の新たな基準範囲を策定しました。

同学会が認定している「人間ドック健診施設機能評価認定」200施設より約150万人の健診受診者のデータを集積したものであり、日本人間ドック学会などが新たに策定する基準の範囲は、「健康な人」の検査値であることに注意が必要です。

例えば、収縮期血圧は従来129mmHg以下を「異常なし」としてきましたが、147mmHgでも健康と判定されるようになります。肥満度を表す体格指数(BMI)も、現行25以上は肥満とされているところですが、男性は27.7まで、女性は26.1までは健康とされるようになります。また、LDLコレステロールは、従来は60～119mgを「異常なし」としてきましたが、45～64歳では男性72～178mg、女性73～183mgは健康とされるようになります。中性脂肪や、アルコールによる肝障害の指標になる γ -GTPなども大幅に変更されます。

「新基準」の導入時期

今回の新しい基準値はいつから適用されるのかは、明確にきまっていませんが、学会では今後検討を重ね、早ければ平成27年4月から基準値が変わる可能性があるとしています。また、今回の研究結果の数値がそのまま採用されるかどうか不明です。

今回の基準はあくまで「健康」な人に対してのもので、持病を持つ人には当てはまらないことにも注意が必要です。

基準値を厳しくすると、不必要な人まで治療しなければいけないことになり、逆に甘くすると治療すべき人を放置することにもなりかねません。数値がいくつかということより、その数値で将来の脳卒中や心筋梗塞など重大な疾病を予防できるかという観点の方が重要です。数値だけを見るのではなく、健康を保つため何が必要かを医師とともに考えてほしいですし、生活習慣を改善することも重要なこととなります。

「基準値・基準範囲」とは

一般に正常値を決めるにはそれぞれの施設で健康な人々を多数集め検査し、統計処理後、平均値を含む95%の範囲に含まれる値とします。

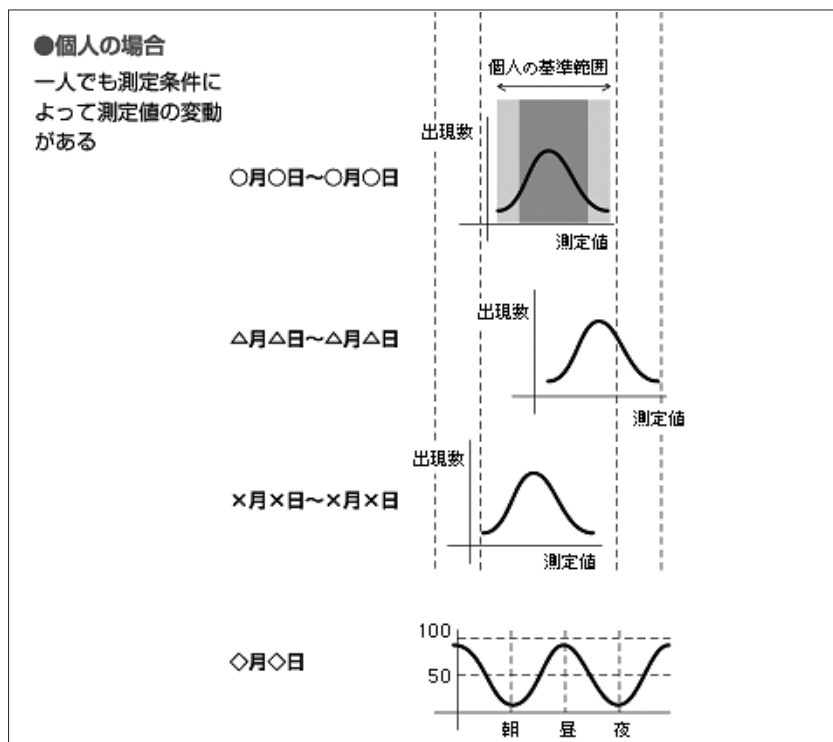
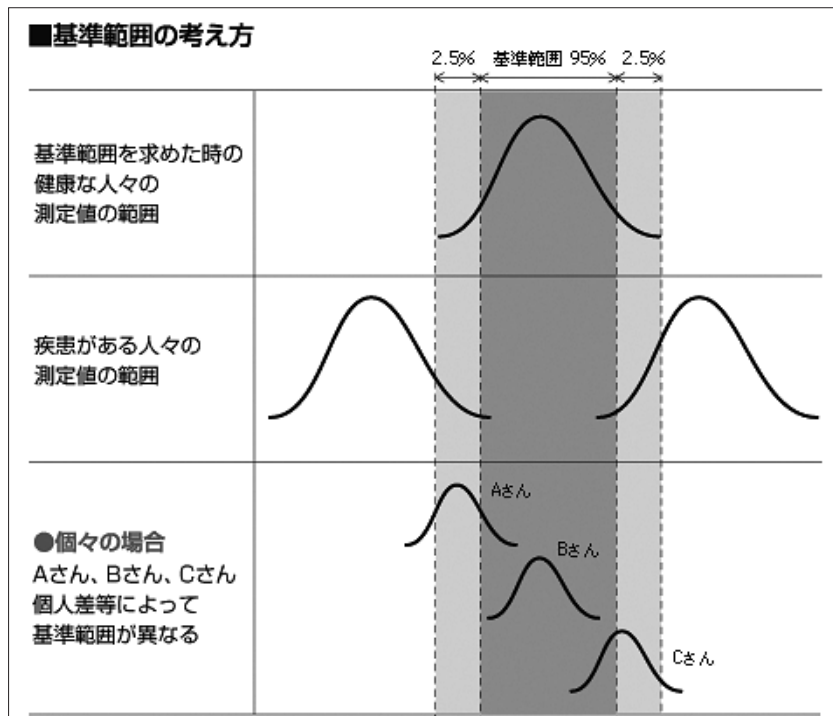
1992年、米国臨床検査標準化委員会(NCCLS)が日本語訳で基準値・基準範囲という用語を明確に定義し用いたことから、我が国をはじめ世界中に普及しました。

基準値は厳密に性、年齢、生活習慣、検体採取条件を同じくする健康な基準固体から得られた計測値であり、基準範囲は基準固体の計測値の中央値を含む95%が含まれる範囲のことです。

「基準値」は明確な基準ではありません

企業の健康診断や人間ドックを受けると、血液検査などさまざまな検査の結果が数値で示されます。結果を受けとる際にチェックするのが、自分の数値が基準値の範囲に入っているかどうかですが、この「基準値」は一律に決まっているものではありません。厚生労働省によると、生活習慣病予防のため平成20年度に始まった

特定健診、いわゆるメタボ検診では、血圧やコレステロール値などの基準値が決められていますが、人間ドックや企業の健康診断では、日本人間ドック学会が示している数値を使ったり、各施設が独自に基準値を定めたりしています。「健康な成人」がどういう人を指すのか明確ではないため、結果的に基準値がバラバラになっているのが現状です。健康な人でも人種、年齢、性別、生活習慣や環境など、数多くの要因によって変動する可能性があることなどの理由からです。



自分の健康時の値(個人の基準値)を知って

私たちが自分の検査結果と基準値や基準範囲を見比べる時には、その値や範囲にとらわれ過ぎず、あくまでも一般的な目安だと考えた方がいいかもしれません。むしろ健康判断のうえで大切なのは自分自身の健康時の値(1ヵ月ごとに3回以上測定すると個人の基準値が求められます)を知ることです。

新たな健診の基本検査の基準範囲 (日本人間ドック学会)

		従来値 (男女共通)	新基準	
			男性	女性
血圧	収縮期血圧	130未満	88~147	
	拡張期血圧	85未満	51~94	
体格指数 (BMI)		25未満	18.5~27.7	16.8~26.1
γ-GTP		0~50	12~84	9~40
総コレステロール		140~199	151~254	30~44歳 145~238
				45~64歳 163~273
				65~80歳 175~280
LDLコレステロール		60~119	72~178	30~44歳 61~152
				45~64歳 73~183
				65~80歳 84~190

【 参考資料 】

- 1) 朝日新聞2014年4月5日 健康基準広げます
- 2) 薬剤・検査データの読み方 改訂第5版薬剤師のための臨床検査の知識, じほう
- 3) 薬の影響を考える 臨床検査値ハンドブック, じほう
- 4) 日本衛生検査所協会ホームページ <http://www.jrcla.or.jp/>