

ポータルフォリオの「学生定期健康診断 検査結果お知らせ」に表示している項目について説明します。
疑問点がありましたら、保健館（保健館分室）にお尋ねください。

体格指数（Body mass index = BMI）

- BMI は体重（kg）÷[身長（m）]²で計算し、腹囲などとともに、肥満の目安となります。
18.5 以上 25 未満が「普通体重」です。18.5 未満は「低体重」、25.0 以上は「肥満」と判定されます。
- 普通体重でない方は、不健康な生活習慣の改善が必要な方が、少なくありません。
ただし、BMI や体重は、骨、筋肉、脂肪などの量を反映しますので、普通体重でなくても直ちに病気を意味するわけではありません。
- 顕著な低体重や肥満の方、急激な体重の変化がある方は、医師などに相談されるとよいでしょう。
低体重では、甲状腺や胃腸の病気、摂食障害などが原因のこともあります。 BMI が、16.5 以下、30 以上の場合は、保健館（分室）から教学 WEB などでも連絡することがあります。
- 適正な食事や運動をこころがけ、定期的に家庭でも体重測定をしましょう。保健館でも測定できます。

肥満度分類（日本肥満学会）

BMI	判定
18.5 未満	低体重
18.5～25 未満	普通体重
25～30 未満	肥満（1 度）
30～35 未満	肥満（2 度）
35～40 未満※	肥満（3 度）
40 以上※	肥満（4 度）

※BMI35 以上を「高度肥満」と定義

血圧(Blood pressure)

収縮期血圧 140mmHg 以上、拡張期血圧 90mmHg 以上は高血圧です。
高血圧は、心臓や血管に障害をおこします。肥満や体質、内分泌の病気などが原因になります。
高血圧、低血圧の場合は保健館（分室）へ再検査にお越しください

血圧分類（高血圧治療ガイドラインおよび WHO 基準より）

分類	収縮期血圧(mmHg)		拡張期血圧(mmHg)
低血圧	～<100	または	～<60
至適血圧	100≦～<120	かつ	60≦～<80
正常血圧	120≦～<130	かつ	80≦～<85
正常高値血圧	130≦～<140	または	85≦～<89
高血圧	≧140～	または	≧90～

視力測定 (Visual acuity)

パソコン、ゲーム、スマホなどでの眼の酷使や、眼の病気などが視力低下の原因となります。

視力低下の場合は眼科医に相談しましょう。

再測定を希望する方は保健館（分室）までお越しください。

胸部 X 線検査

肺の病気（結核、肺炎、気胸など）だけでなく、脊椎や縦隔の異常が指摘されます。

精密検査や受診が必要な場合（★★の方）は、保健館（分室）から教学 WEB など連絡します。

尿検査(Urine test)

尿の異常は、姿勢・体調・体質によるものと、病気が原因によるものがあります。

異常のある方（★★の方）は、再検査を行いますので、保健館（分室）から教学 WEB など連絡します。

・尿蛋白(Urine protein) 正常（－）

尿中にタンパク質が混入しているかを調べる検査です。（＋）の場合、腎炎、ネフローゼ症候群、膀胱炎など腎臓・膀胱の病気がことがあります。健康な人でも、激しい運動や発熱などでも一過性に

（＋）になることがあり、起立性蛋白尿（立ったり、腰を曲げたりするときだけでる蛋白尿）など病気でない場合もあります。

・尿糖(Urine sugar) 正常（－）

尿中に糖が混入しているかどうか調べる検査です。（＋）の場合、糖尿病の場合と腎性糖尿（糖尿病でなくても、尿に糖が漏れる）など病気でない場合もあります。

・尿潜血(Urine occult blood) 正常（－）

尿中に血液が混入しているかどうか調べる検査です。肉眼ではわかりにくい微量の血液も発見できます。（＋）の場合、腎炎、尿路結石、膀胱炎など病気がことがあります。健康な人でも、激しい運動や、長時間寒さにさらされた後や、女性では、生理中に尿の中に血液が混じることがあります。

内科診察(Physical examination)

聴診により、心雑音、呼吸音の異常の有無を調べます。また、前頸部を触って、甲状腺の腫れがないか調べます。

受診が必要な場合（★★の方）は、保健館（分室）から教学 WEB など連絡します。