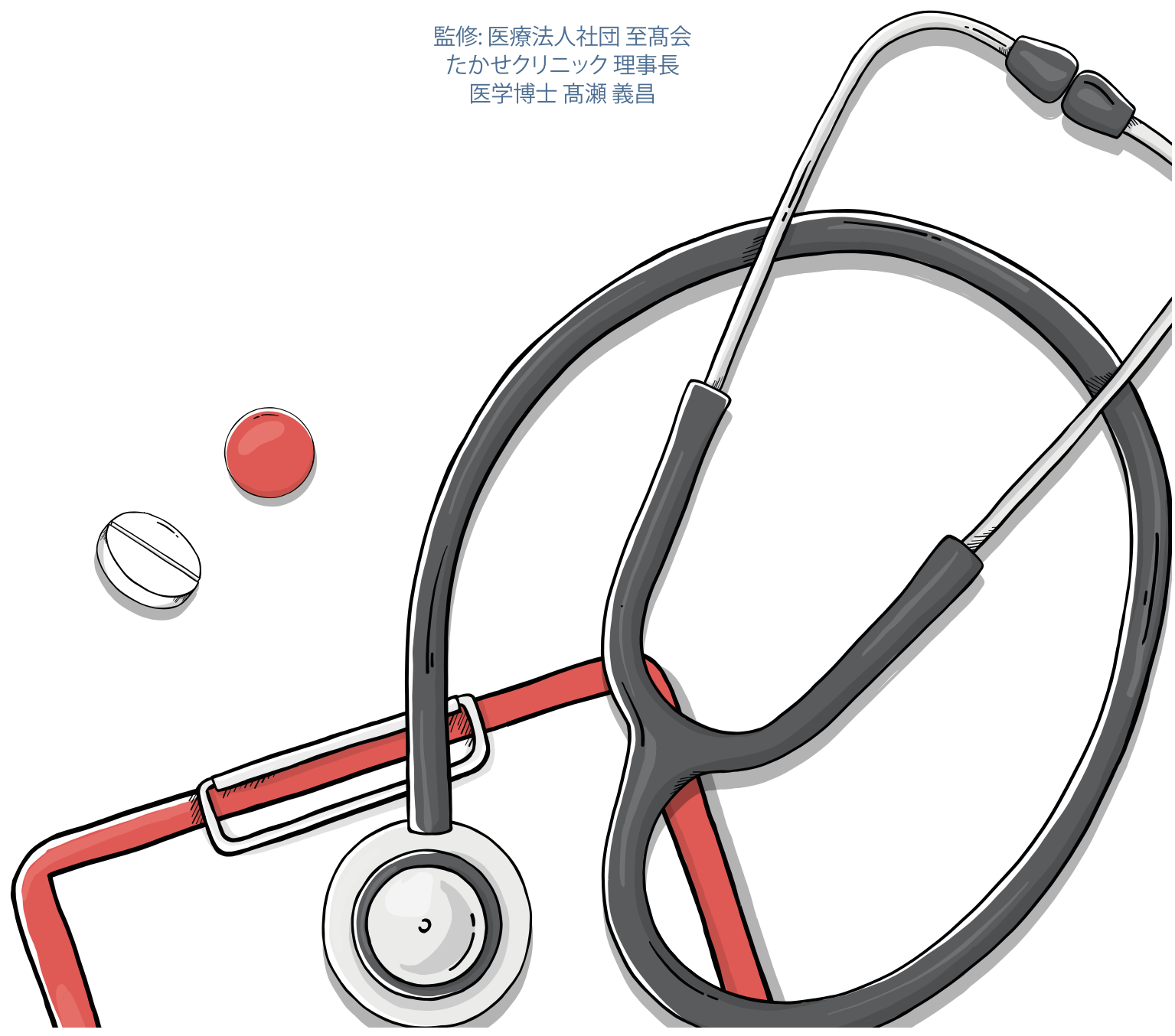


大東建託健康保険組合 健康リスクレポート

10年後、20年後も健やかに暮らすために

監修: 医療法人社団 至高会
たかせクリニック 理事長
医学博士 高瀬 義昌



40歳男性100人の中で、あなたの健診値は何番目？

全国150万人以上の健診データの中で、あなたと同性・同年齢の人と比べた順位です

受診日: 2017年05月24日
 年齢: 40歳(受診時)
 性別: 男性



たばこ: 吸っている
 服薬(血糖): なし
 服薬(血圧): なし
 服薬(脂質): なし

要医療
 要経過観察・生活改善
 軽度異常
 異常なし

40歳男性100人の分布とあなたの順位

		基準値	今回検査値	1番 値が低い	値が高い 100番	順位
肥満	BMI	18.5~24.9	30.0	[100人分布図]		94番
	腹囲	男性:84.9cm以下 女性:89.9cm以下	105.0	[100人分布図]		97番
血糖	空腹時血糖	99mg/dL以下	105	[100人分布図]		89番
	ヘモグロビンA1c	5.5%以下	6.2	[100人分布図]		96番
血圧	最高血圧	129mmHg以下	124	[100人分布図]		61番
	最低血圧	84mmHg以下	80	[100人分布図]		67番
脂質	中性脂肪	30~149mg/dL	176	[100人分布図]		83番
	HDLコレステロール	40mg/dL以上	39	[100人分布図]		94番*
	LDLコレステロール	60~119mg/DL	149	[100人分布図]		81番
腎臓	クレアチニン	男性:1.00mg/dL以下 女性:0.70mg/dL以下	0.85	[100人分布図]		48番
	eGFR	60.0以上	80.4	[100人分布図]		55番*
肝臓	AST(GOT)	30IU/L以下	24	[100人分布図]		62番
	ALT(GPT)	30IU/L以下	43	[100人分布図]		84番
	γ-GT (γ-GTP)	50IU/L以下	56	[100人分布図]		79番

*HDLコレステロールとeGFRは他の項目とは逆に、値が低いほうが不健康なため、値が低いほど順位が100に近づくよう(帯の右寄りに)表示しています

⚠ 異常のあった項目や治療中の項目については、健診機関からの結果通知や医師の指導に従ってください

判定は日本人間ドック学会の2019年度版判定区分のAからDに準拠しています。E判定(治療中)は適用していません。血糖は、空腹時血糖とヘモグロビンA1cの組み合わせではなく個別に判定しています。同性同年齢100人の分布と順位は、株式会社JMDCの保有する2017から2018年度の健診データを集計した統計的な数値です。

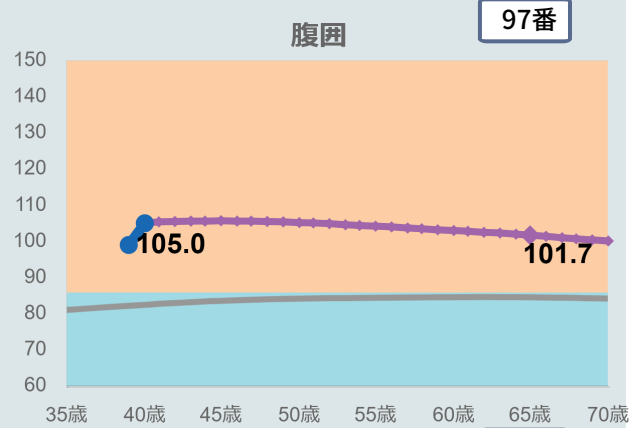
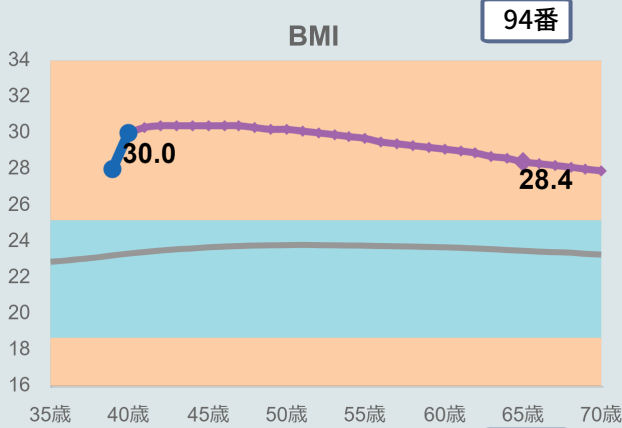
加齢による変化の傾向 – あなたと同順位の65歳男性の健診値

血糖や血圧は年齢とともに上昇する人が多いため注意が必要です

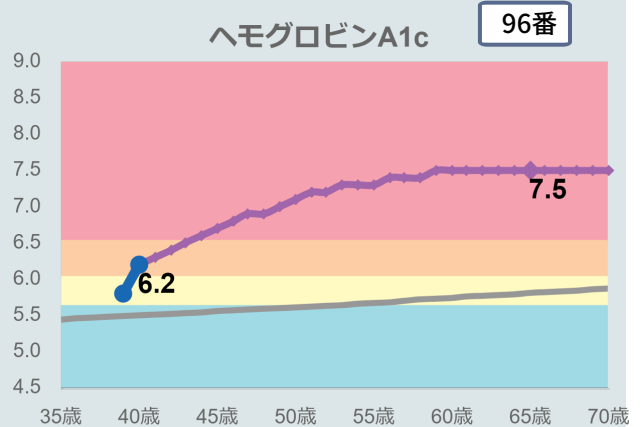
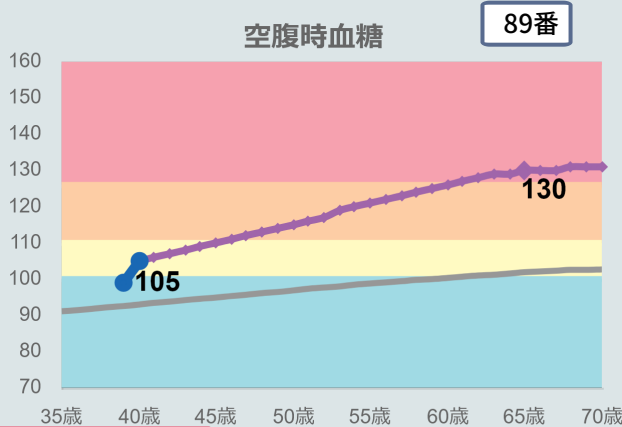
- あなたの値
- ◆ 各年齢毎のあなたと同順位の人
- 各年齢毎の50番の人の値 (中央値)

- 要医療
- 要経過観察・生活改善
- 軽度異常
- 異常なし

肥満

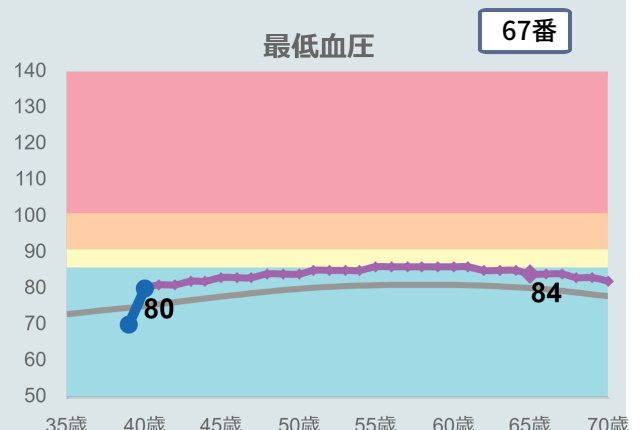
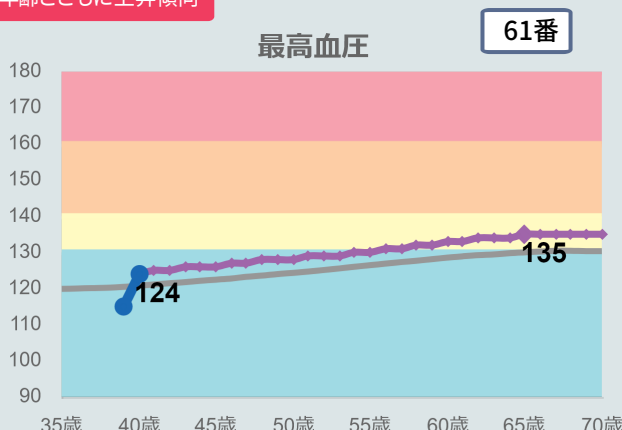


血糖

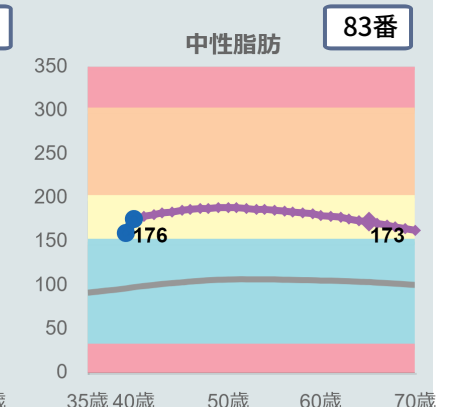
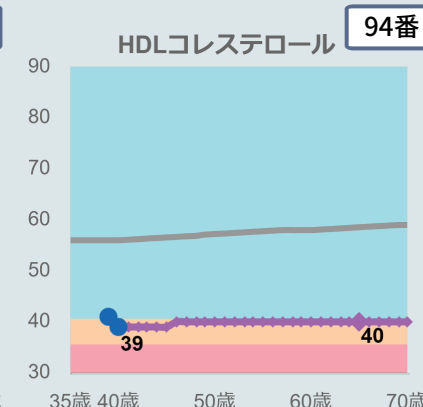
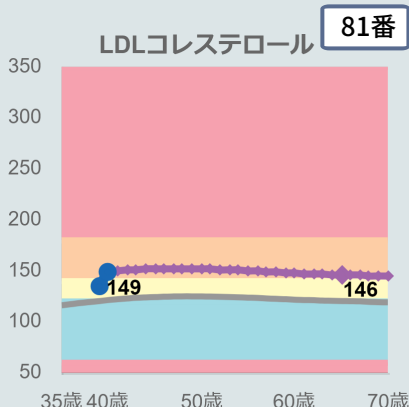


血糖や血圧は年齢とともに上昇傾向

血圧



脂質



あなたと同順位の人

の健診値は、各年齢における一般的・統計的な傾向を示すもので、あなたの将来の健診値を予測するものではありません。

脳卒中や心筋梗塞、糖尿病を発症する確率

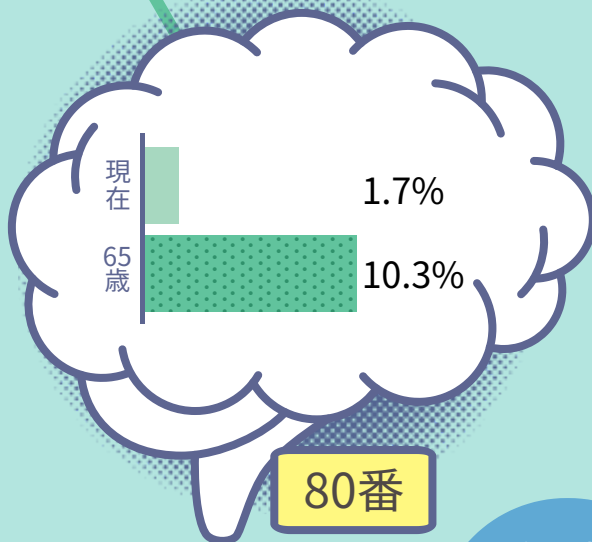
上段 健診値等があなたと同水準の人が**現在**からの10年間*に発症する確率

下段 健診値等があなたと同水準の人が**65歳**からの10年間*に発症する確率

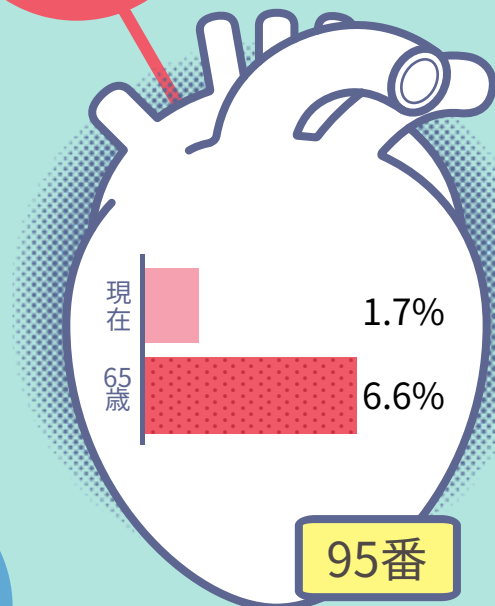
■ 同性・同年齢100人中の順位（最も確率が低い人が1番）

* 糖尿病については7年間

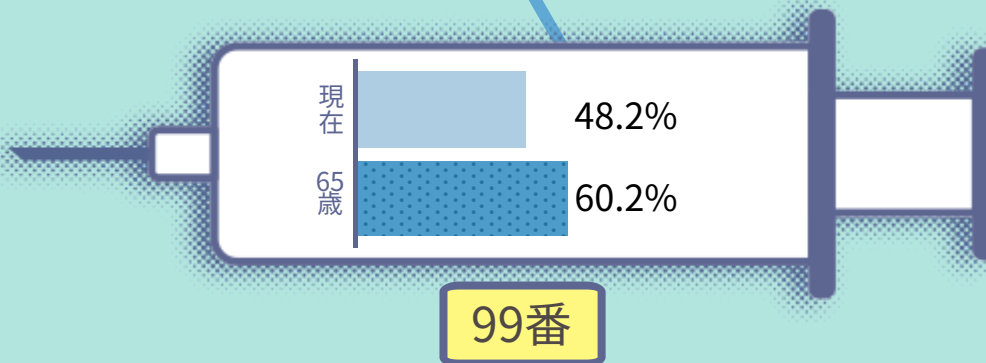
10年以内に
脳卒中に
なる確率



10年以内に
心筋梗塞に
なる確率



7年以内に
糖尿病に
なる確率



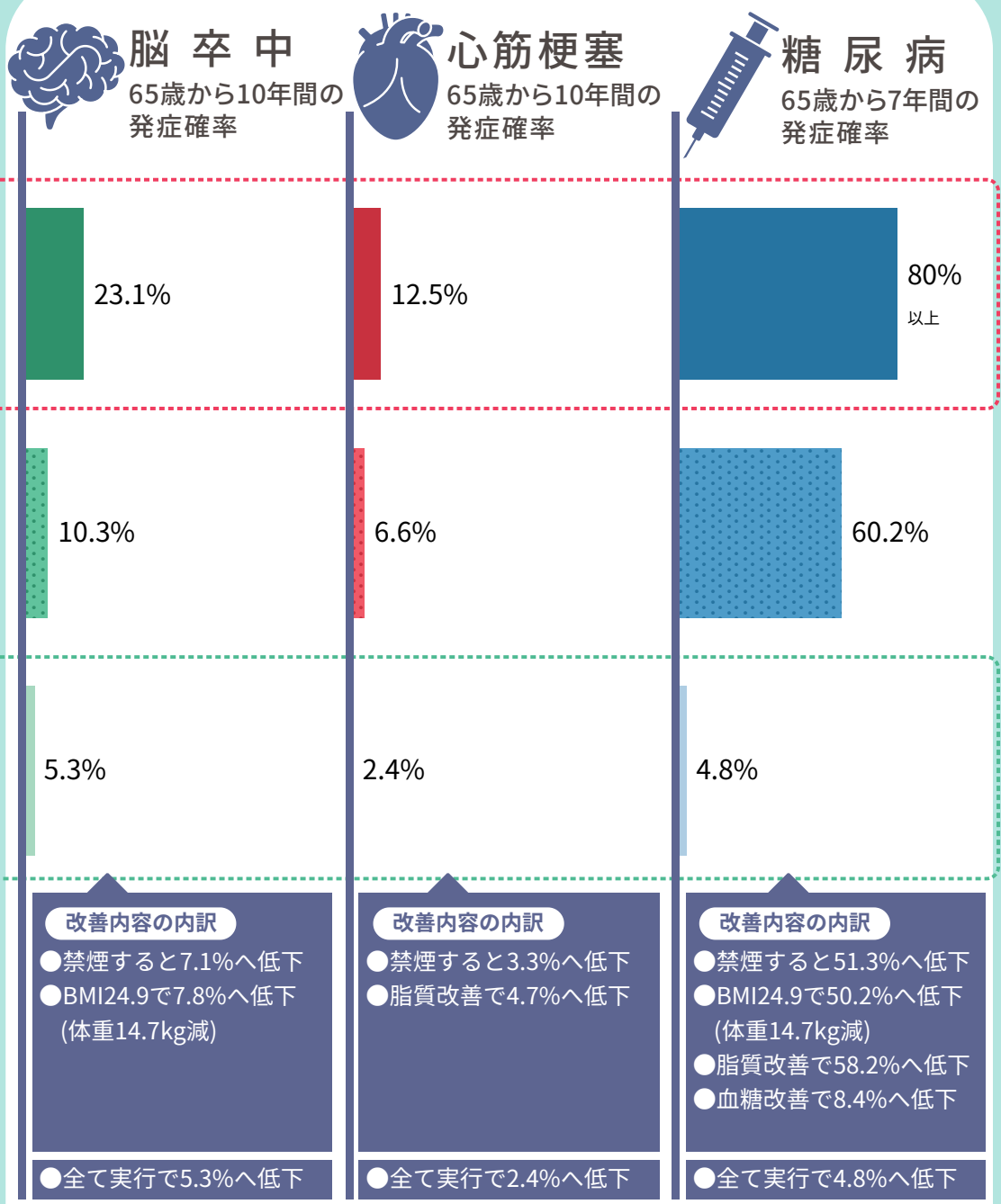
発症確率は疫学研究による統計モデルを用いて一般的・統計的な傾向を示すもので、あなたの個別の健康状態に対して、医学的判断に基づく疾病の診断をするものではありません。また、過去にこれら疾病を発症した人には当てはめることができません。

脳卒中と心筋梗塞の発症確率は、多目的コホート研究（JPHC Study）など複数の研究成果に基づき、年齢、性別、BMI、喫煙習慣、糖尿病薬・高血圧薬の服用、血糖値、血圧値、脂質値を用いた統計モデルで算出しています。糖尿病の発症確率は職域コホート（J-ECOH Study）の研究成果に基づき、年齢、BMI、喫煙習慣、血糖値、血圧値、脂質値を用いた統計モデルで算出しています。

生活改善により発症確率をどれくらい軽減できる？

健診値等が改善すると、

65歳 からの
発症確率は
最大でこれだけ下がります



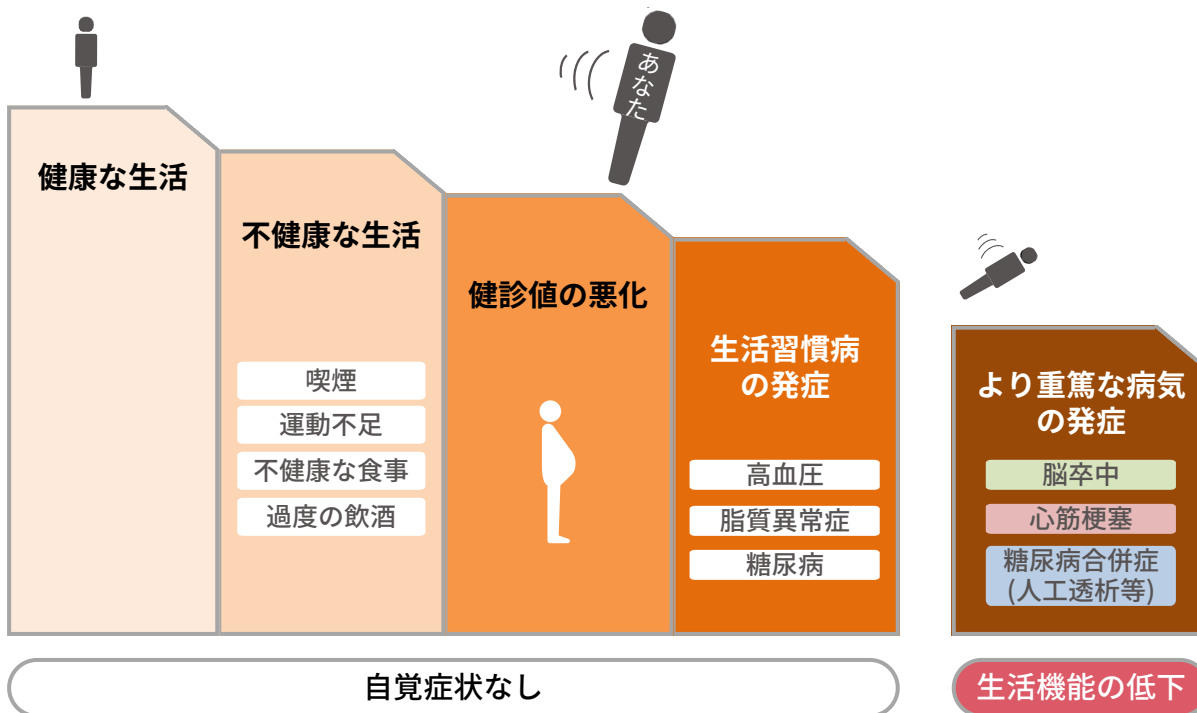
改善しても効果が現れるのには時間がかかります。また、これまでの習慣の影響が完全に除かれない場合もあります。

特定保健指導に参加しましょう！

特定保健指導は、生活習慣を改善する支援プログラムです。
健康な体を目指し、10年後、20年後も健やかに暮らしましょう。

同封された
申込書
をご返送ください

参加費用 **0円**

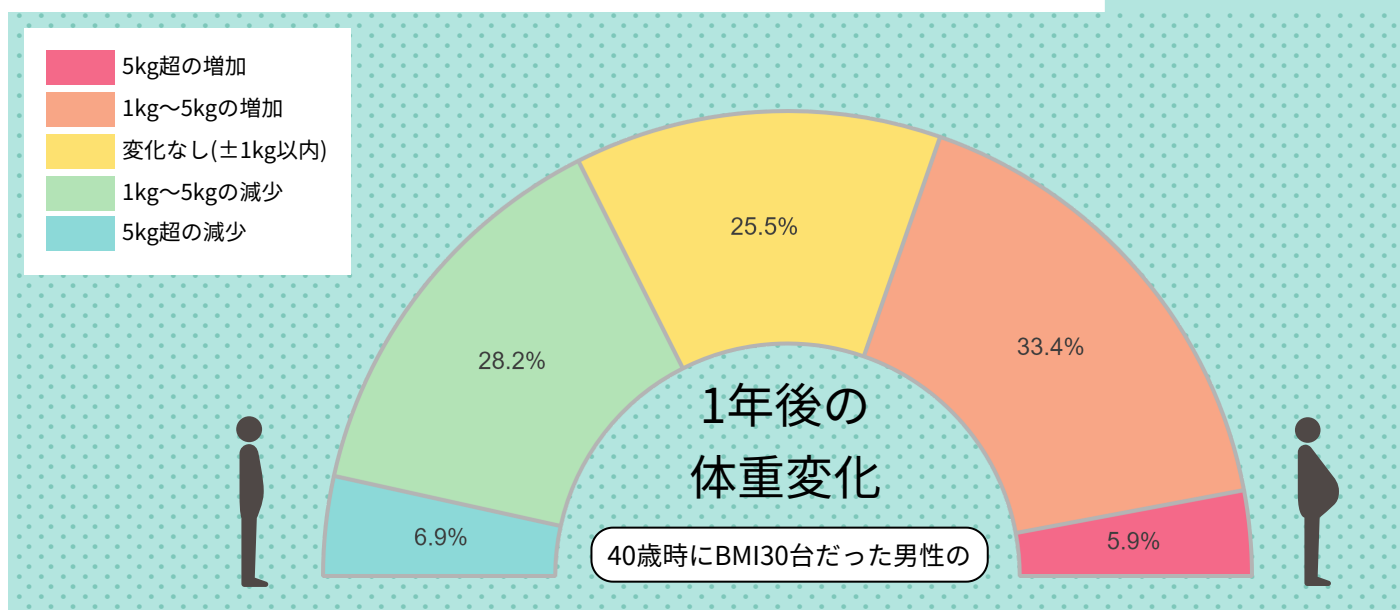


！ あなたと同じ体型だった人の1年後は？

過去の健診データによると、40歳時にBMIが30台だった男性のうち、35.1%の人が体重減少し、39.3%の人が体重増加しています。

今のあなた

40歳男性
BMI 30台



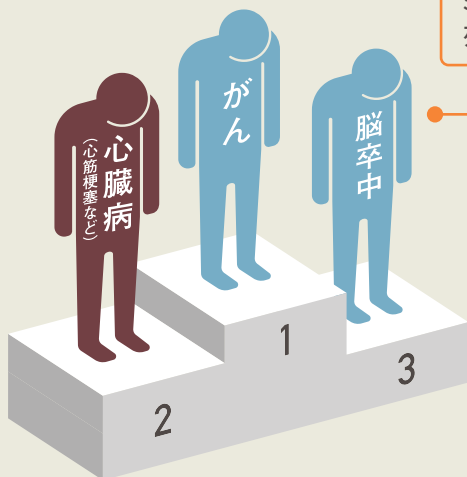
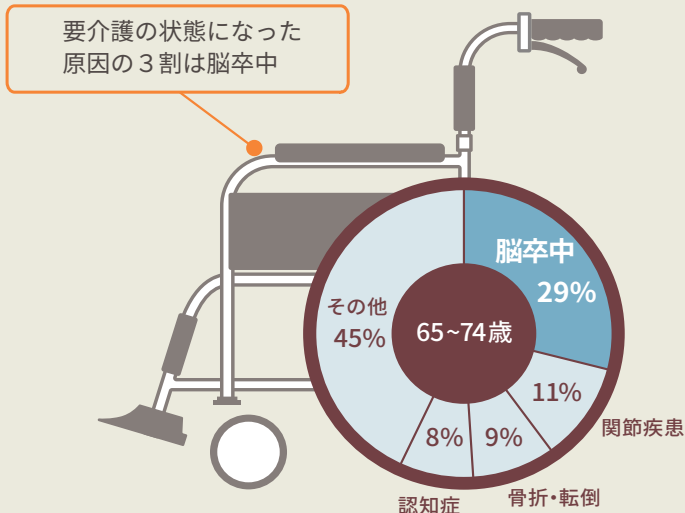
1年後の体重変化は、株式会社JMDCの保有する2017から2018年度の健診データを集計した統計的な傾向値です。

脳卒中は後遺症が残り

要介護

になることが多い

脳卒中は死亡者が多く、一命を取り留めた場合でも半身の麻痺や言語障害などの後遺症が残り、要介護状態となることが多くあります。



心臓病は50~70代の

心臓病の代表的なものが心筋梗塞です。心臓を動かす筋肉（心筋）に血液を送る冠動脈に血栓（血の塊）が詰まって血流が止まり、心筋の一部が壊死する病気です。

死因 第2位

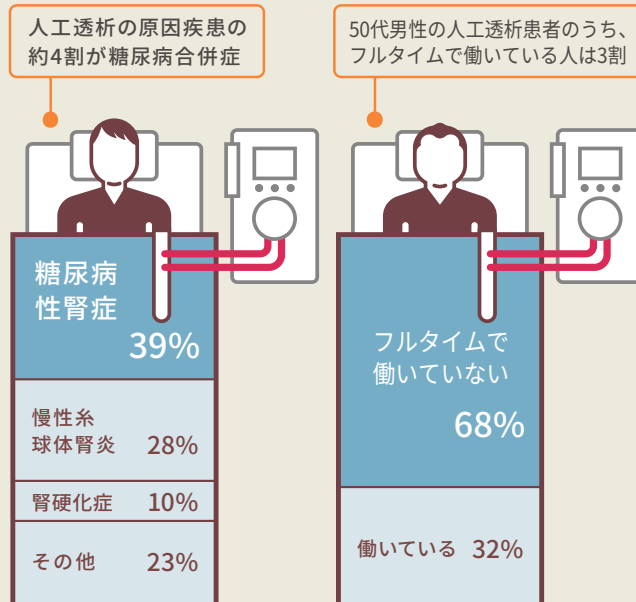
糖尿病が進むと

人工透析

が必要になる場合も

糖尿病が進むと全身の血管が傷み、さまざまな合併症が出てきます。糖尿病性の神経障害・腎症・網膜症は3大合併症と呼ばれ、糖尿病性腎症が進むと人工透析が必要となります。

標準的な血液透析の場合 **週3回・1回4時間** 程度の治療となり、生活に大きな負担がかかります。



99999_c8c51125-017a-4b2a-90f4-51dd5b4c135e_2--1_5937

〒999-9999
東京都品川区 X X X

健保 太郎様

大東建託健康保険組合 健康リスクレポート

お問い合わせ

〒474-0011 愛知県大府市横根町新江62番地の1
株式会社スギ薬局 リスクレポート係
dh-info@drug-sugi.co.jp

☎ **0562-45-2723** (平日10時から17時)