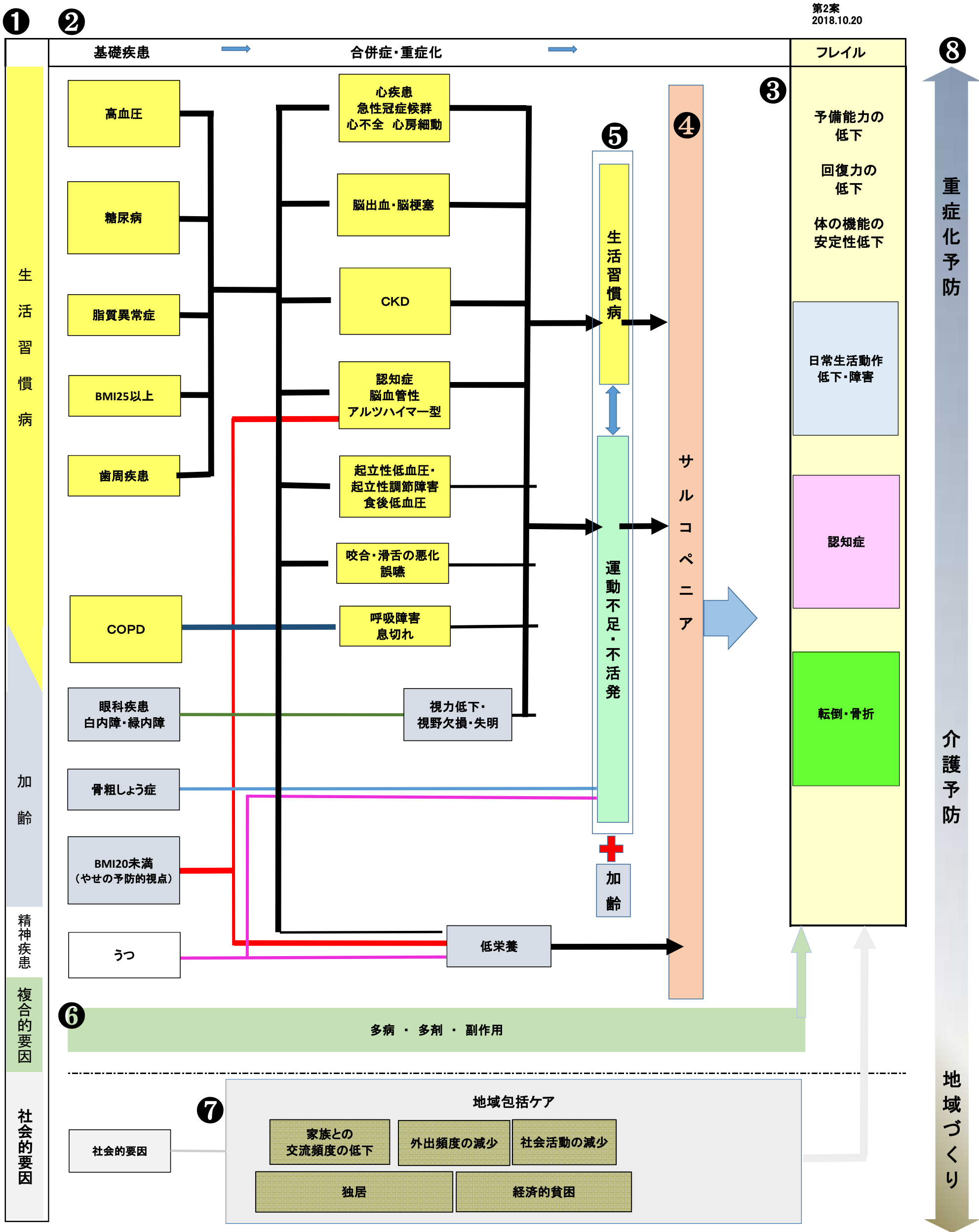


フレイルの予防を考える

横尾構成員提出資料



No.

健診情報	生年月日	昭和
	受診日	平成30年07月23日
	医療機関名	
	階層化	情報提供

様

年齢	74歳	性別	男
----	-----	----	---

定期健康診断 結果一覧

判定値を超えているデータ 危険度
には色が付いています 4 5 6 7 8 9

			基準値		70歳	71歳	72歳	73歳	74歳
					H26.7.8	H27.7.13	H28.7.11	H29.7.10	H30.7.23
					空腹	空腹	空腹	空腹	空腹
身体の 大きさ	身長		cm	174.4	174.8	174.8	174.5	174.0	
	体重		Kg	99.0	97.1	97.5	95.8	96.4	
	BMI		～ 24.9	32.5	31.8	31.9	31.5	31.8	
	腹囲	男女 ～ 85 cm未満 ～ 90 cm未満	116.3	116.0	117.0	115.0	113.0		
血管への影響 （動脈硬化の危険因子）	内臓脂肪の蓄積	中性脂肪		～ 149 mg/dl	治 254	治 207	117	治 237	108
		HDLコレステロール		40 ～ mg/dl	治 38	治 41	43	治 41	40
		AST(GOT)		～ 30 U/I	37	32	28	26	19
		ALT(GPT)		～ 30 U/I	50	49	40	35	21
		γ-GT(γ-GTP)		～ 50 U/I	56	58	54	43	25
	内皮障害	収縮時 拡張時	～ 129 mmHg	治 128	治 122	治 132	治 126	治 122	
			～ 84 mmHg	治 78	治 76	治 74	治 74	治 78	
	尿酸		～ 7 mg/dl	6.7	7.4	7.2	5.7	5.7	
	インスリン 抵抗性	血糖		空腹 ～ 99 mg/dl 食直後 ～ 139 mg/dl	治 129	治 93	治 125	治 150	治 136
		HbA1c (NGSP)		NGSP ～ 5.5 %	治 7.0	治 6.8	治 7.1	治 7.6	治 6.8
		尿糖		(－)	－	－	－	＋＋	＋＋
その他の 動脈硬化 危険因子		LDLコレステロール		～ 119 mg/dl	治 147	治 144	155	治 140	120
		non-HDLコレステロール		～ 149 mg/dl	治	治		治	
血管変化	腎臓	血清クレアチニン	男女 ～ 1.29 mg/dl ～ 1.19 mg/dl	1.13	1.3	1.35	1.25	1.59	
		尿蛋白		(－)	－	－	－	－	
		尿潜血		(－)	－	－	－	＋＋	
	心臓	心電図		異常なし				正常域	
	脳	眼底検査		H0S0				H1S1	
血管の 易血栓化		ヘマトクリット		男女 ～ 45.9 % ～ 45.9 %	43.0	42.3	42.6	46.6	45.1
		血色素(ヘモグロビン)		男女 13.1 ～ 17.9 g/dl 12.1 ～ 15.9 g/dl	14.1	13.9	14.1	15.2	14.2
eGFR			60～	50.0	43.0	41.0	44.0	34.0	
医療機関名									
健診種別				集団	集団	集団	集団	集団	

(*) 正常値はひとりひとり違います。自分の基準値を確認しましょう。

平成24年度以前のHbA1cはJDS
値をNGSP値に換算しています。

氏名			様		男 性		行政区									
健診経年結果一覧					年齢		65歳	66歳	67歳	68歳	69歳	70歳	71歳	72歳	73歳	74歳
					実施年度	H20年度	H21年度	H22年度	H23年度	H24年度	H25年度	H26年度	H27年度	H28年度	H29年度	H30年度
					健診受診日		H21.7.2	H22.6.29	H23.7.11	H24.7.10	H25.7.9	H26.7.8	H27.7.13	H28.7.11	H29.7.10	H30.7.23
					健診機関											#N/A
					健診種別		集団	集団	集団	集団	集団	集団	集団	集団	集団	集団
検査項目			基準値			空腹	空腹	空腹	空腹	空腹	空腹	空腹	空腹	空腹	空腹	空腹
身体 の 大き さ		身長				174	174.6	174.2	173.4	173.9	174.4	174.8	174.8	174.8	174.5	174
		体重				98.1	100.1	99	102.8	102.8	99	97.1	97.5	97.5	95.8	96.4
		BMI		18.5～24.9		32.4	32.8	32.6	34.2	34	32.5	31.8	31.9	31.9	31.5	31.8
		腹囲		男 ～85cm未満 女 ～90cm未満		116.5	118.2	116.2	118.4	121.3	116.3	116	117	117	115	113
血管 へ の 影 響 （ 動 脈 硬 化 の 危 険 因 子 ）	内 臓 脂 肪 の 蓄 積	中性脂肪		空腹 ～149mg/dℓ 食後 ～199mg/dℓ		115	142	114	153 治	110 治	254 治	207 治	117	237 治	108	
		HDLコレステロール		40～80mg/dℓ		48	43	44	43 治	42 治	38 治	41 治	43	41 治	40	
		AST(GOT)		～30IU/ℓ		22	21	21	20	19	37	32	28	26	19	
		ALT(GPT)		～30IU/ℓ		23	19	20	19	20	50	49	40	35	21	
		γ-GT(γ-GTP)		～50IU/ℓ		31	26	28	28	29	56	58	54	43	25	
	内 皮 障 害	血圧	収縮期	130mmHg未満		120 治	122 治	130 治	126 治	128 治	128 治	122 治	132 治	126 治	122 治	
			拡張期	85mmHg未満		70 治	78 治	84 治	80 治	76 治	78 治	76 治	74 治	74 治	78 治	
		尿酸		～7.0g/dℓ		9.1	10.0	10.2	7.0	7.7	6.7	7.4	7.2	5.7	5.7	
	イン 抵 抗 性 リ ン	血糖		～99mg/dℓ		110 治	105 治	131 治	97 治	123 治	129 治	93 治	125 治	150 治	136 治	
		HbA1c(NGSP)		～5.5%		5.9 治	6 治	6.2 治	6.2 治	6.3 治	7 治	6.8 治	7.1 治	7.6 治	6.8 治	
		尿糖		－		－	－	－	－	－	－	－	－	＋＋	＋＋	
	その他の動脈硬化の危険因子		LDLコレステロール		～119mg/dℓ		140	125	122	153 治	133 治	147 治	144 治	155	140 治	120
血管 変 化	腎 臓	血清クレアチニン		男 ～1.0mg/dℓ 女 ～0.7mg/dℓ		1.02	1.11	1.37	1.11	1.23	1.13	1.3	1.35	1.25	1.59	
		eGFR （糸球体ろ過量）		60～ml/min/1.73㎡		57	52	41	52	46	50	43	41	44	34	
		尿蛋白		－		－	－	－	－	－	－	－	－	－	－	
		尿潜血		－		－	－	－	－	－	－	－	－	－	＋＋	
	心 臓	心電図		所見なし										正常域		
		脳	眼底 検査	シェイエ分類(H)	0										1	
	シェイエ分類(S)			0											1	
	血管の 易血栓化		ヘマトクリット		男 38.5～48.9% 女 35.5～43.9%							43	42.3	42.6	46.6	45.1
		血色素 （ヘモグロビン）		男 13.1～16.6g/dℓ 女 12.1～14.6g/dℓ							14.1	13.9	14.1	15.2	14.2	
メタボリックシンドローム判定						該当者	該当者	該当者	該当者	該当者	該当者	該当者	該当者	該当者	該当者	該当者
保健指導レベル						情報提供	情報提供	情報提供	情報提供	情報提供	情報提供	情報提供	情報提供	情報提供	情報提供	情報提供
CKD重症度分類						G3aA1	G3aA1	G3bA1	G3aA1	G3aA1	G3aA1	G3bA1	G3bA1	G3bA1	G3bA1	G3bA1

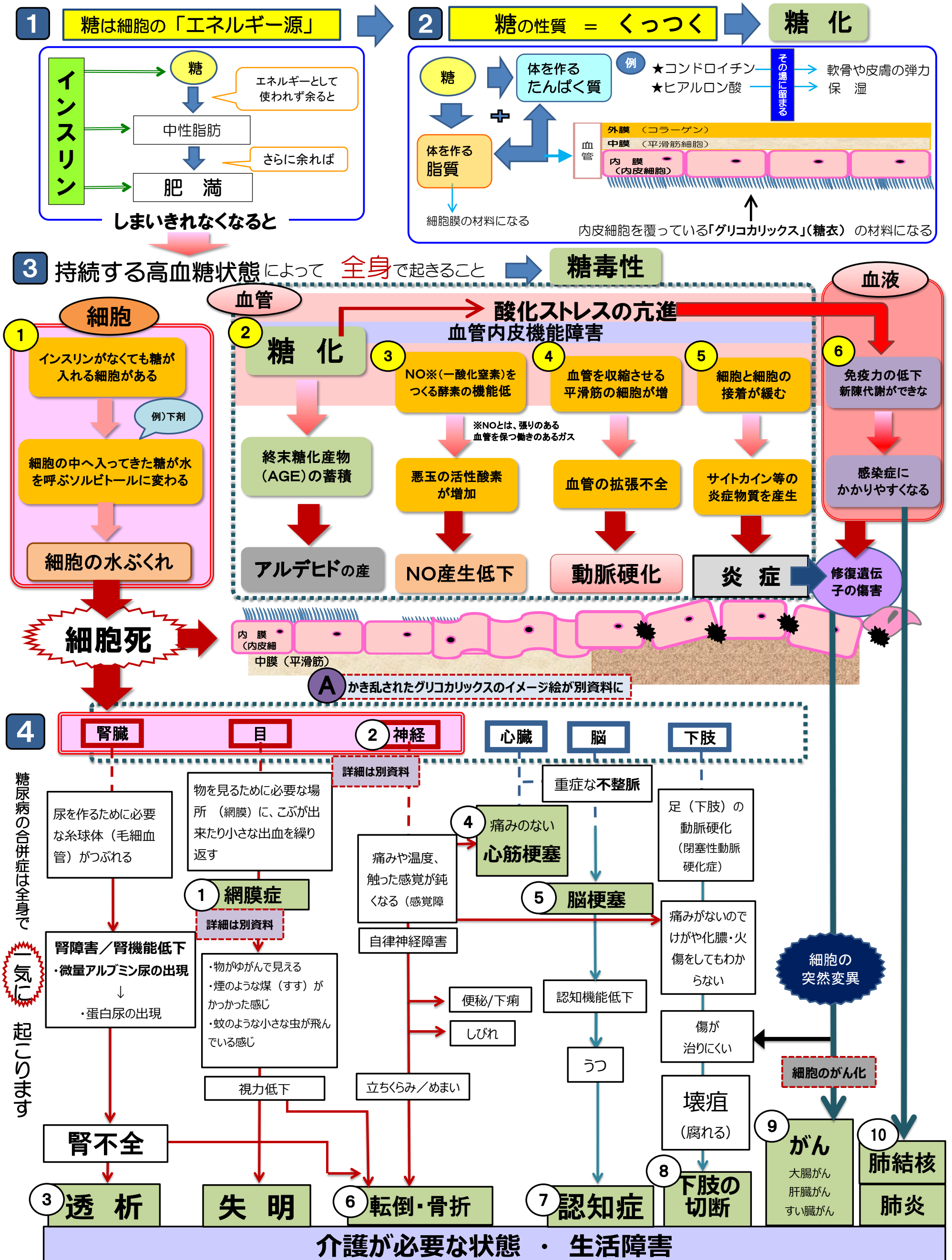
糖尿病のタイプ(★インスリンの出方が少ないタイプ・インスリンが沢山出るタイプ)

作成年月日 年 月 日 氏名 男・女 歳

治療中の場合は、□に「治」を記入する

健康障害	病名	☐ 脳血管	☐ 心臓	☐ 腎	☐ 網膜	☐ 神経
		大血管障害		細小血管障害		
血管変化をみる	血管内皮障害					
	○頸動脈超音波検査		○心電図所見		○血清クレアチニン	
	狭窄率 右 % 左 % 内中膜複合肥厚度 右 mm 左 mm プラーク (有・無) 右 左		無・有 ○足の变化 足関節血圧/上腕血圧(ABI) 脈波伝播速度(PWV)		○eGFR ○尿蛋白 ○微量アルブミン尿	
					○眼底検査 H S 糖尿病網膜症 ☐ なし ☐ あり ☐ 単純性 ☐ 増殖性 その他の所見	
インスリンの出方をみる	★インスリンが沢山出るタイプ ← 中間型 → インスリンの出方が少ないタイプ					
	○空腹時血中Cペプチド					0.5以下
	○24時間尿中Cペプチド排泄量					30以下
	検査 7 糖 負 荷 5 g インスリンの効が悪い (HOMA-R)					インスリンの出方が少ない(I-I)
健診データ	メタボリック あり			メタボリック なし		
	肝機能		中性脂肪		尿酸(痛風)	
	AST (GOT) ALT (GPT) γ-GT (γ-GTP)		LDL コレステロール HDL コレステロール		血圧 /	
背景	血糖		血糖			
	HbA1c %		mg/dl (空腹・随時)			
	○体重 kg		○腹囲 cm		○BMI	
	○体重歴 ・20歳頃の体重 kg ・最大の体重 kg		○胃・十二指腸の手術 (有・無)		○女性の場合: 妊娠中(尿糖陽性・ 妊娠高血圧症候群) 出産児 (巨大児・ 早産・流産)	
				○糖尿病の遺伝 (有・無) (誰) ○出生歴 低出生2500g未満 (有・無)		

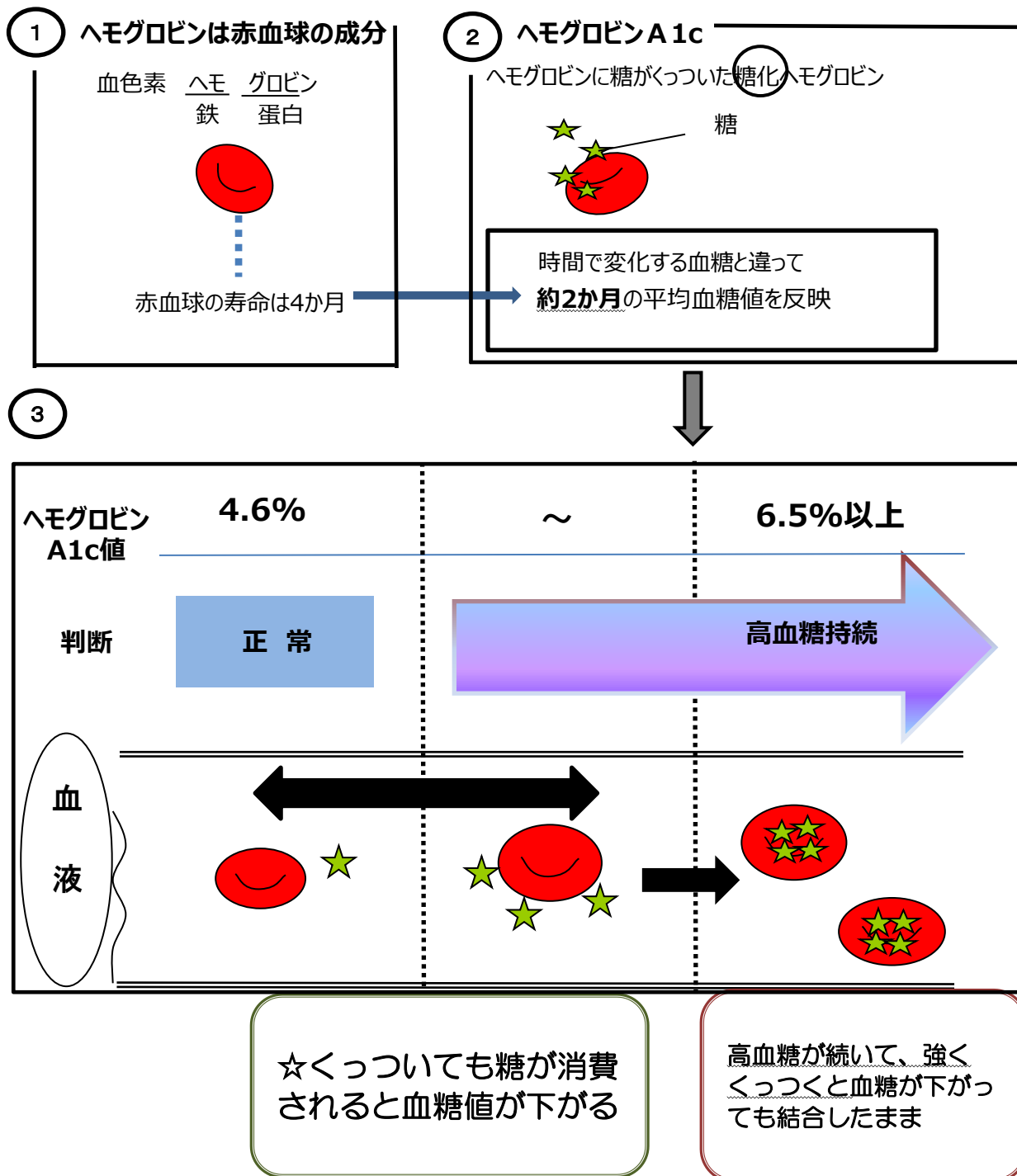
高血糖状態が続くと体に何が起こるのでしょうか



ヘモグロビンA1cは …

糖尿病の合併症になる頻度と反映します

ヘモグロビンA1cの値をコントロール→医療機関に行って
今の生活(食・運動)でコントロールできているかを確認



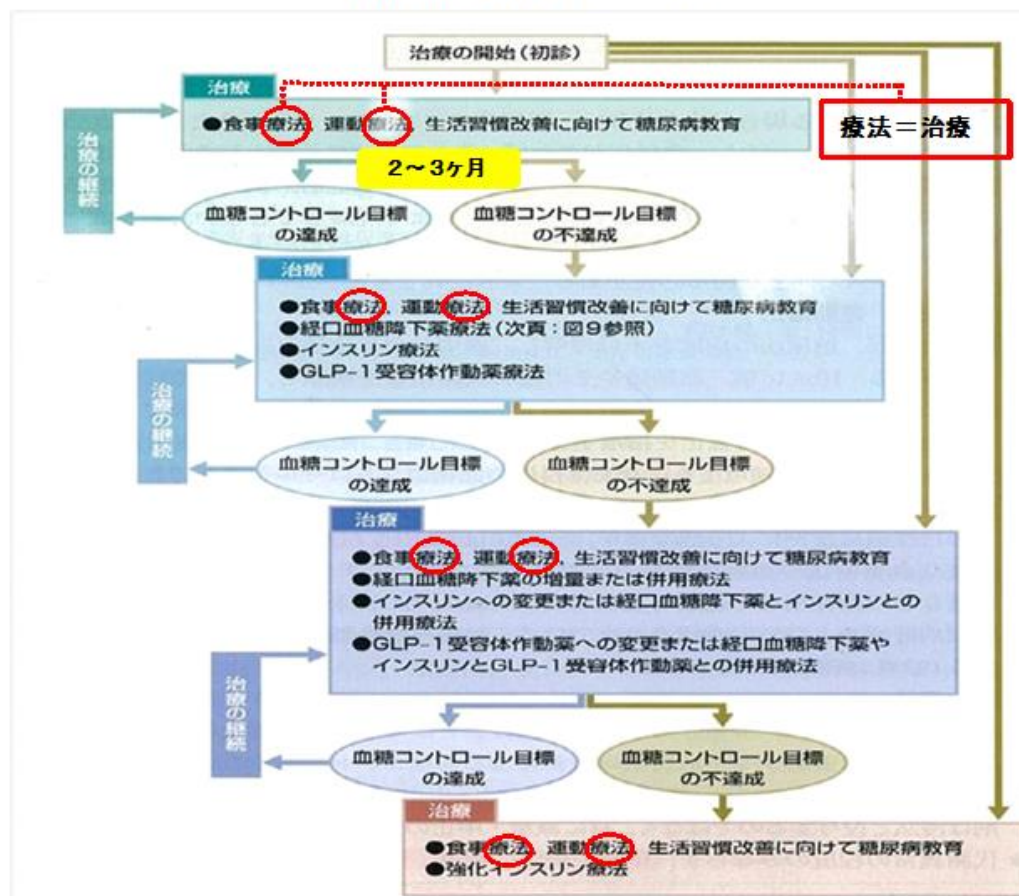
ヘモグロビンA1cが平均値を正しく反映しない場合

<ヘモグロビンA1cが低め>

- ・急激に増悪した糖尿病
- ・失血後、輸血
- ・腎症貧血

※ 貧血の場合はヘモグロビンA1cに反映するので注意する

糖尿病の治療の進め方



コントロール目標は？



食事療法や運動療法だけで達成した場合、又は薬物療法中でも低血糖の副作用なく達成可能な場合

薬物療法の場合