

身体計測の結果の見方



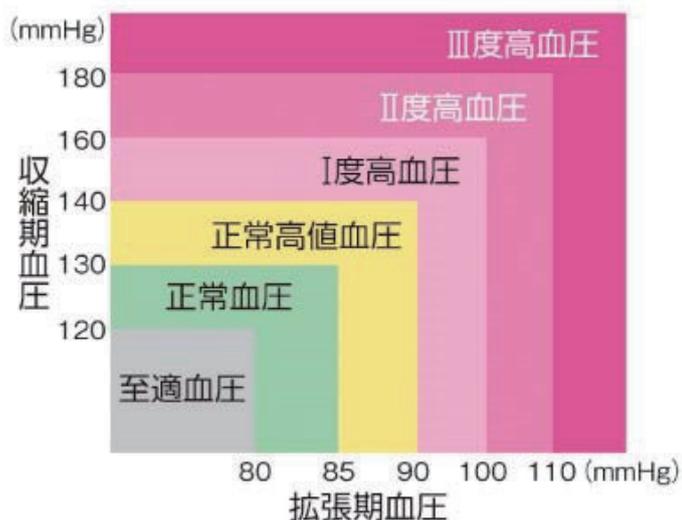
BMI指数 = 体重 (Kg) ÷ 身長 (m)² は肥満の有無と程度を判定します。BMIは18.5～24.9が適正です。食生活の改善と運動を中心に適正範囲を保つようにしましょう。

| BMI | 肥満度指数 |
|-----------|---------|
| ≦ 18.4 | 低体重 |
| 18.5～24.9 | 普通体重 |
| 25.0～29.9 | 肥満 (1度) |
| 30.0～34.9 | 肥満 (2度) |
| 35.0～39.9 | 肥満 (3度) |
| 40.0 ≦ | 肥満 (4度) |

[日本肥満学会による肥満分類]

血圧測定の結果の見方

心室が収縮して血液を送り出したときの血圧を最高血圧(収縮期血圧)、心室が拡張したときの血圧を最低血圧(拡張期血圧)といいます。血圧が高い状態が続くと重大な障害(脳梗塞・心筋梗塞・腎不全など)を起こしやすくなります。



呼吸機能検査の所見

大きく息を吸ったり吐いたりして、呼吸機能を調べる検査です。数値が低いと、間質性肺炎・肺線維症・肺気腫・慢性気管支炎などの疾患の可能性があります。