

身体計測

BMI

やせすぎ～肥満までの体格の指標で身長と体重から算出します。22を理想とし、25以上は「肥満」、18.5未満は「やせ」を示します。

腹囲

腹囲は、メタボリックシンドロームの診断基準のひとつで、内臓脂肪の蓄積程度を推定します。男性 $\geq 85\text{cm}$ 、女性 $\geq 90\text{cm}$ を内臓脂肪蓄積による肥満と判定します。CT検査で、内臓脂肪面積が 100cm^2 以上に相当します。



体脂肪率

体重に占める体脂肪の割合を調べる検査です。身体に微弱な電気を流し、身体の電気抵抗から体脂肪率を測定しています。体脂肪は電気をほとんど通さない特性があるので、電気抵抗が高いと体脂肪率は高くなります。体脂肪率が高い場合には、食生活や運動などの生活習慣を見直す必要があります。

体脂肪率検査は、体内の水分量によって値が変動しやすく、水分を摂取した後は低く出ることがあります。逆に排尿後は高く出ることがあるので、条件を同じにして測定することをお勧めします。

一般的に健康的とされる体脂肪の目安は、男性14～23%、女性17～27%です。

聴力検査

聴力低下の有無や聴力低下を起こす病気の早期発見が目的です。音は、外耳・中耳・内耳を通して、脳に伝わります。音が伝わる過程に障害があると、聴こえが悪くなります。精密検査のご案内があった場合は、耳鼻科を受診し詳しい検査をお受けください。

「所見」ありの場合に疑われること

加齢性難聴、外耳炎、中耳炎、突発性難聴、メニエール病など

