

健康檢查報告判讀



◆ 血壓
 血壓是血液對動脈血管的壓力，隨著運動量、心情緊張、氣溫、姿態等而起伏，它是一種變動的狀況，所以不能單憑一次的高血壓數值就斷定為高血壓，一般連續三次、不同時間測量才能確定是否為高血壓。

分類	收縮壓	舒張壓	注意事項
正常血壓	<120	<80	1. 充分的睡眠與休息，避免過度勞累與精神緊張。 2. 適度輕鬆的運動，維持理想的體重。 3. 保持大便通暢，預防便秘。 4. 避免用太冷太熱的水洗澡或浸浴。 5. 選擇新鮮的食物，避免醃製及加工食品，如鹹菜、蔞瓜、醬瓜罐頭等。 6. 忌食含鈉量極高的食品及蔬菜，如麵線、蜜餞、餅乾、芹菜、胡蘿蔔、海帶、紫菜、發芽蠶豆等不要大量使用。 7. 避免抽菸、喝酒。節制茶葉、咖啡、可樂等含咖啡因的飲料。
輕度高血壓	120-139	80-89	
中度高血壓	140-159	90-99	
重度高血壓	≥160	≥100	

◆ 血液常規檢查
 血液成分經常會反映全身內臟器官和組織的健康狀況，故當身體的某部分出現異常時，血液成分也會受影響。

項目	說明	偏高異常	偏低異常
白血球 (WBC)	身體重要的免疫系統，當細菌或外來病原體侵入時，負責身體防禦工作。	微生物感染、組織發炎壞死、懷孕、白血病、用藥副作用(類固醇)。	用藥不良反應、病毒感染、再生不良性貧血、脾臟腫大、自體免疫疾病。
紅血球 (RBC)	紅血球含有大量紅血素，具有搬運氧氣的功能。	脫水導致血液濃縮、慢性血液低氧症：(1) 抽煙 (2) 慢性肺疾病 (3) 部分先天性心臟病、紅血球增生症。	缺鐵性貧血：(1) 胃腸道癌症 (2) 月經過多 (3) 營養不良、地中海型貧血。
血紅素 (Hb)	是輸送氧氣的物質。		
血球容積 (Hct)	指紅血球占血液體積的百分比，可做為貧血程度的參考。	脫水症、多血症。	貧血。
平均血球容積 (MCV)	指紅血球的平均體積，過高表示紅血球過大；過低表示紅血球較小。	缺乏維生素 B12 之貧血、缺乏葉酸之貧血。	缺鐵性之貧血、海洋性貧血、慢性疾病造成之貧血。
血小板 (PLT)	主要與血液凝固機能有關。	脾臟切除或機能不全、血小板增生症、紅血球增多症、慢性骨髓性白血症、骨髓纖維化、慢性感染症或急性感染恢復期。	脾臟腫大、免疫疾病、白血病、骨髓造血機能異常、敗血症、藥物作用、病毒感染(如登革熱病毒)。

◆ 尿液常規檢查

項目	說明
酸鹼值 pH	酸鹼度高於 8 表示尿液呈鹼性，可能有尿路感染或發炎、腎功能不良；酸鹼度低於 5 表示尿液呈酸性，可能處於饑餓狀態或酒後發症。
尿糖 Sugar	正常情况下糖分不會出現在尿液中，但當體內血糖值超過一定限度時，腎臟便會將大量糖分排到尿中，若尿糖為陽性，則可能是糖尿病，需進行更詳細的檢查。
尿酮體 Ketone	酮體是缺胰島素時利用脂肪所產生的代謝物，正常尿中沒有酮體為陰性(-)，若尿中有酮體為陽性(+)，經常見於糖尿病患者，但也見於飢餓、發燒、長期腹瀉、嘔吐等患者。

蛋白尿 Protein
 可因腎絲球或腎小管發生病變而引起，但亦可由其他因素造成。常見原因如下：
 1. 生理性蛋白尿：食入過多蛋白質、肌肉運動過度。
 2. 病理性蛋白尿：高燒、腎臟發炎、腎病症候群、妊娠毒血症。
 3. 姿勢性蛋白尿：長時間站立而引起。

◆ 血液生化檢查

項目	說明
SGOT	SGOT 和 SGPT 是人體輔助製成氨基酸的酵素，存於各組織器官的細胞內，健康人的血液或細胞中的 SGOT 都會維持在正常的範圍，若器官或組織，如肝、心、腦或血球細胞受損，血液中的 SGOT 就會增加。
SGPT	SGPT 幾乎存在於肝臟細胞中，值過高可能代表急性慢性肝炎、酒精性肝障礙、肝硬化、肝癌等。
總膽固醇 Total-Cholesterol	膽固醇是體內的一種脂質，有和脂肪酸結合的酯型和各別分離的游離型兩種，合稱為總膽固醇，大部分由肝臟所製造。體內每各細胞都含有膽固醇，它是製造重 要荷爾蒙和維生素不可缺少的物質，也是構成細胞膜及膽汁素的重要成分。膽固醇需要與脂蛋白結合才能運送到身體各部分，運輸膽固醇的脂蛋白有兩種，分別為低密度脂蛋白 (LDL) 與高密度脂蛋白 (HDL)，高出正常值時可能是家族性 高膽固醇血症，這是遺傳性 疾病，會顯示 300mg/dl 以上的高值。續發性高膽固醇血症，可能是糖尿病、甲狀腺機能低下、末端肥大症、閉塞性黃疸、脂肪肝、腎病變、肥胖等引起的。膽固醇值較 低時，可能是缺乏酵素引起的原發性膽固醇血症或營養失調。另外，貧血、肝硬化、甲狀腺機能亢進症時，膽固醇亦會降低。
三酸甘油酯 TG	三酸甘油酯是血脂肪成分之一，又叫中性脂肪，其來源是由腸道吸收食物中的脂肪及由肝臟合成，在人體內高三酸甘油酯含量與動脈硬化有關，加上高血壓會提高冠狀動脈性心臟病與中風的可能性。三酸甘油酯指數過高會導致另一個疾病就是胰臟炎。
肌酸酐 Creatinine	肌酸酐主要是身體肌肉運動的代謝產物，每天的產量全部都經腎臟由尿液排泄。因此，腎功能一旦有問題，即會造成血中肌酸酐濃度上升。一般人肌酸酐濃度雖然只從 114 上升到 115mg% 而已，事實上，整個腎功能可能已經喪失了 50% 以上，不得不小心注意。
尿酸 Uric Acid	尿酸是體內普林 (Purine) 代謝的最終產物，主要是由腎臟排出，只有少部分經由腸道排出。造成高尿酸血症的原因有高普林飲食包括豆類及其製品、內臟、海產、菇類、高湯和酒等；其次是細胞快速生長或凋謝造成體內核酸代謝異常，例如血友病、惡性腫瘤、溶血、橫紋肌溶解等疾病；另外心肌梗塞、抽煙、或急性呼吸衰竭等則因細胞缺氧造成 ATP 快速崩解而導致。血中尿酸的濃度也受到年齡、性別、身高、體重、血壓、腎功能、酒精攝取量及藥物的影響。
飯前血糖 AC Sugar	指空腹時血液中葡萄糖濃度，目前糖尿病的標準，若飯前血糖 126mg/dl 以上，飯後血糖超過 200mg/dl，幾乎可確定為糖尿病，必須注意飲食及血糖控制，切勿超重。

肝炎標誌	說明	陽性反應
B 型表面抗原 HBsAg	最近 6 個月內感染過 B 型肝炎病毒，超過 6 個月未消失稱慢性(終生)帶原者。	表示曾經感染 B 型肝炎，目前血液具有傳染性。若肝功能正常，稱之為健康帶原者，應遵醫囑追蹤檢查。
B 型表面抗體 Anti-HBs	人體對 B 型肝炎病毒表面(抗原)所產生的保護性抗體，有免疫力。	對 B 型肝炎病毒具有免疫力 (-) 且 Anti-HBs (-)，則建議施打疫苗，以預防一旦感染可能成為終生帶原者。
C 型肝炎抗體 Anti-HCV	C 型肝炎患者多數無臨床特殊症狀，大部分因輸血或體液感染，罹患者半數以上會演變成慢性肝炎，一至二成會形成肝硬化，少數可能形成肝癌而死。	表示可能已感染 C 型肝炎，且病毒仍在體內，應定期追蹤肝功能。