

(주) 이 진찰표는 반으로 접혀 있으며, 글자를 적으면 하지에 복사됩니다. 특정보건지도를 이용하시는 분은 이 진찰 결과표를 지참해 주십시오.

20XX 년도 세타가야구 특정건강검진 진찰표(40~74세)

본 인 용 ※또는 당신의 75 세생일전날까지.  
 ※진찰기한은 20XX + 1년 3월 31일까지입니다.

보험자 번호		0	0	1	3	8	1	2	3
기호	1	2	-	번호					
진찰권 정리번호		1	0	0					
주소		세타가야구							
후리가나								성별	1. 남성 2. 여성
성명									
※전화									
생년월일		년	월	일	진찰일 현재 (만 세)				
검사 연월일		년	월	일					

특정건강검진	500엔	
폐암 검진	100엔 <input type="checkbox"/> 받겠습니다 <input type="checkbox"/> 받지 않겠습니다 ※흉부 X선과 함께 객담세포진 검사를 실시하는 경우는, 600엔 (의사가 필요하다고 인정한 경우에 한함)	
대장암 검진	200엔 <input type="checkbox"/> 받겠습니다 <input type="checkbox"/> 받지 않겠습니다	
위암 위험도(ABC) 검사	800엔 대상: 40·45·50·60·70세인 분 ※과거에 받은 적이 없는 분	희망자는 세타가야구 암검진접수센터 (전화 6265-7573 FAX 6265-7559)로 신청해 주십시오. ※진찰표가 동봉되어 있는 분은 신청 불필요.
B형·C형 간염 바이러스 검진	무료 대상: 과거에 받은 적이 없는 분	
전립선암 검진	600엔 대상: 60세 이상인 남성 ※과거에 받은 적이 없는 분	

※전화번호란에 기재하신 경우 보건사업(건강검진/보건지도 등), 간병사업의 전단지 및 문자 메시지 등으로 안내해 드립니다. (선택사항)

[건강검진 결과]

신장	cm	BMI=	kg/m <sup>2</sup>
체중	kg	※(계산 방법은 진찰표(본인용) 뒷면을 참조해 주십시오. (보건지도 판정값 BMI 25.0 이상))	
복부 둘레	cm	[1. 실측 2. 자기 측정 3. 자기 신고] (보건지도 판정값 남성: 85cm 이상, 여성: 90cm 이상)	
혈압	수축기	mmHg	보건지도 판정값 130mmHG 이상 진찰권고 판정값 140mmHG 이상 <input type="checkbox"/> 1 회차 <input type="checkbox"/> 2 회차 <input type="checkbox"/> 기타
	이완기	mmHg	보건지도 판정값 85mmHG 이상 진찰권고 판정값 90mmHG 이상
기압력	1. 특기할 사항 있음		2. 특기할 사항 없음
	1. 고혈압 2. 간 질환 3. 심혈관 질환 4. 빈혈 5. 신장 질환 6. 당뇨병 7. 이상지질혈증 8. 고요산혈증 9. 폐 질환 10. 뇌혈관 질환 11. 기타 ( )		
자각 증상	1. 특기할 사항 있음		2. 특기할 사항 없음
	1. 가슴 안쪽의 불쾌감, 압박감 2. 숨 가쁨, 두근거림 3. 불규칙한 맥박(부정맥) 4. 얼굴이나 팔다리 부종 5. 갈증 6. 면지가 많은 직장에 다녔다 7. 목구멍 안쪽의 이물감 8. 가래에 피가 섞여 나온다 9. 기침이나 가래가 자주 나온다 10. 휘청거리는 느낌, 현기증, 기립성 어지럼증 11. 쉽게 피로해진다 12. 기타 ( )		
타각 증상	1. 특기할 사항 있음		2. 특기할 사항 없음
소변 검사	단백	1. -	2. ± 3. + 4. ++ 5. +++
	당	1. -	2. ± 3. + 4. ++ 5. +++
	잠혈	1. -	2. ± 3. + 4. ++ 5. +++

항목		보건지도	진찰권고	검사 결과
중성지방	공복 시(식후 10시간 이상)	150 이상	300 이상	mg/dL
	수시(식후 10시간 미만)	175 이상	300 이상	mg/dL
HDL-콜레스테롤		40 미만		mg/dL
LDL-콜레스테롤		120 이상	140 이상	mg/dL
AST (GOT)		31 이상	51 이상	U/L
ALT (GPT)		31 이상	51 이상	U/L
γ-GT (γ-GTP)		51 이상	101 이상	U/L
혈당	공복 시(식후 10시간 이상)	100 이상	126 이상	mg/dL
	수시(식후 10시간 미만)			mg/dL
헤모글로빈 A1c		5.6 이상	6.5 이상	%

항목		표준값	보건지도	진찰권고	검사 결과
적혈구 수	남성: 410 ~ 580				만/mm <sup>3</sup>
	여성: 380 ~ 480				
혈색소량 (헤모글로빈)			남성: 13.0 이하; 여성: 12.0 이하	남성: 12.0 이하; 여성: 11.0 이하	g/dL
적혈구 용적률	남성: 36 ~ 50				%
	여성: 34 ~ 45				
실시 이유		1. 의사의 판단으로 실시 2. 빈혈 기왕력이 있거나 시진 등으로 빈혈 의심			

항목		표준값	보건지도	진찰권고	검사 결과
크레아티닌	남성: 0.60 ~ 1.10				mg/dL
	여성: 0.40 ~ 0.80				
eGFR			60 미만	45 미만	mL/분/1.73m <sup>2</sup>
실시 이유		1. 의사의 판단으로 실시			

[대상중후군(내장지방중후군) 판정]  
 1. 기준 해당 2. 예비군 해당 3. 비해당 4. 판정 불가

항목		표준값	보건지도	진찰권고	검사 결과
총콜레스테롤		130 ~ 220			mg/dL
ALP		38 ~ 113			U/L
LD (LDH)		120 ~ 245			IU/L
요산		남성: 3 ~ 7 여성: 2 ~ 6			mg/dL
요소질소		8.0 ~ 23.0			mg/dL
총단백		6.7 ~ 8.3			g/dL
알부민		3.8 ~ 5.3			g/dL
백혈구 수		3500 ~ 9000			/mm <sup>3</sup>
혈소판 수		13.0 ~ 36.9			만/mm <sup>3</sup>

[답변란의 해당하는 숫자에 ○를 표시해 주십시오.]

질문 항목	답변	
1. 현재 혈압을 낮추는 약을 복용하고 있습니까?	1. 예	2. 아니요
2. 현재 혈당을 낮추는 약이나 인슐린 주사를 사용하고 있습니까?	1. 예	2. 아니요
3. 현재 콜레스테롤이나 중성지방을 낮추는 약을 복용하고 있습니까?	1. 예	2. 아니요
4. 의사에게 뇌졸중(뇌출혈, 뇌경색 등) 진단을 받았거나 치료받은 적이 있습니까?	1. 예	2. 아니요
5. 의사에게 심장병(협심증, 심근경색 등) 진단을 받았거나 치료받은 적이 있습니까?	1. 예	2. 아니요
6. 의사에게 만성 신장병이나 신부전증 진단을 받았거나 치료(인공 투석 등)를 받고 있습니까?	1. 예	2. 아니요
7. 의사에게 빈혈 진단을 받은 적이 있습니까?	1. 예	2. 아니요
8. 현재 습관적으로 담배를 피우십니까? (※ '현재 습관적으로 흡연하는 자'란, 조건1과 조건2를 모두 충족하는 자를 말한다. 조건1: 최근 1개월간 흡연 중이다 조건2: 평생 6개월 이상 흡연했거나 총 100개비 이상 피웠다)	1. 예 (조건 1과 조건 2를 모두 충족) 2. 이전에는 피웠지만 최근 1개월간은 피우지 않았다 (조건 2만 충족)	
앞으로 금연할 계획이 있는 분은 오른쪽 □에 체크해 주십시오. → □		
9. 20세 이후 체중이 10kg 이상 증가했습니까?	1. 예	2. 아니요
10. 1회 30분 이상 가볍게 땀을 흘리는 운동을 주 2일 이상, 1년 이상 실시하고 있습니까?	1. 예	2. 아니요
11. 일상생활에서 걷기 또는 동등한 신체활동을 하루 1시간 이상 실시하고 있습니까?	1. 예	2. 아니요
12. 비슷한 연령의 동성과 비교해 걷는 속도가 빠릅니까?	1. 예	2. 아니요
13. 음식을 씹어서 섭취할 때의 상태는 어느 항목에 해당합니까?	1. 어떤 음식이든 씹어 먹을 수 있다	
	2. 치아, 잇몸, 치아 교합 등 신경 쓰이는 부분이 있어 씹기 어려울 때가 있다	
	3. 거의 씹을 수 없다	

질문 항목	답변	
14. 다른 사람과 비교해 먹는 속도가 빠릅니까?	1. 빠름	
	2. 보통	
	3. 느림	
15. 취침 전 2시간 이내에 저녁 식사를 하는 경우가 주 3회 이상 있습니까?	1. 예	2. 아니요
16. 아침, 점심, 저녁 세 끼 식사 이외에 간식이나 단 음료를 섭취하는 경우가 있습니까?	1. 매일 2. 가끔 3. 거의 섭취하지 않는다	
17. 아침 식사를 거르는 경우가 주 3회 이상 있습니까?	1. 예	2. 아니요
18. 술(사케, 소주, 맥주, 양주 등)을 얼마나 자주 마십니까? (※ '끓었다'란, 과거에 월 1회 이상 습관적인 음주 경력이 있는 자 중 최근 1년 이상 주류를 섭취하지 않은 자)	1. 매일	2. 주 5~6일
	3. 주 3~4일	4. 주 1~2일
	5. 월 1~3일	6. 월 1일 미만
	7. 끓었다	8. 마시지 않는다 (못 마신다)
19. 술을 마시는 경우 하루 음주량 <<사케 1홉(알코올 도수 15도, 180mL) 기준>> 맥주(알코올 도수 5도, 500mL) 소주(알코올 도수 25도, 약 110mL) 와인(알코올 도수 14도, 약 180mL) 위스키(알코올 도수 43도, 60mL) 쉼하이 캔(알코올 도수 5도, 약 500mL / 알코올 도수 7도, 약 350mL)	1. 1홉 미만	
	2. 1~2홉 미만	
	3. 2~3홉 미만	
	4. 3~5홉 미만	
	5. 5홉 이상	
20. 수면으로 피로가 충분히 풀립니까?	1. 예	2. 아니요
21. 운동이나 식습관 등의 생활 습관을 개선할 생각이 있습니까?	1. 개선할 생각이 없음	
	2. 개선할 생각이 있음(6개월 이내)	
	3. 개선할 생각이 있음(조만간)	
	4. 이미 실천하고 있음(6개월 미만)	
	5. 이미 실천하고 있음(6개월 이상)	
22. 생활 습관 개선과 관련해 지금까지 특정보건지도를 받은 적이 있습니까?	1. 예	2. 아니요

진료의뢰서	진료의뢰처	의료기관명	
	1. 안저 2. 폐암		검사를 요청합니다.
	의뢰 의사명		진료의뢰 의료기관 수
진료의뢰 연월일		년 월 일	

정밀안저검사	실시 기관	1. 본원 실시 2. 타 병원 실시	
	안압	오른쪽 mmHg	왼쪽 mmHg
	Scheie (사이에) 분류	H(고혈압성 변화)	0 1 2 3 4
		S(동맥경화성 변화)	0 1 2 3 4
소견 (의심 포함)	1. 당뇨병성 변화 2. 출혈 3. 백반 4. 황반변성 5. 시신경유두함몰비 증가 6. 기타 ( )		산정 점수 ※상한 399점
실시 이유	1. 의사의 판단으로 실시		

심전도	1. 소견 있음 (아래 소견란의 해당 항목 번호에 반드시 ○를 표시해 주십시오)		2. 소견 없음
	소견(의심 포함)	1. 이상 Q파 2. 좌심실 비대 3. ST 변화 4. T파 변화 5. WPW 증후군 6. 우각차단 7. 상실성 기외수축 8. 심실성 기외수축 9. 심방 세동 10. 상실성 빈맥 11. 기타 ( )	
		실시 이유 1. 의사의 판단으로 실시 2. 문진 등으로 부정맥 의심	

흉부 X선	정면	1. 소견 없음 2. 소견 있음		□ 디지털 촬영 □ 아날로그 촬영 (대각선) ※측면은 폐암 검진 시에만 실시
	측면	1. 소견 없음 2. 소견 있음		
	폐암 검진 결과	1. 정밀검사 불필요 2. 정밀검사 필요 (비고: )		

방문	1. 의사만 2. 간호사 동반	
	객담 도말 검사	1. 음성 2. 양성(가프키 호)

1. 이상 없음		2. 지도 필요		3. 치료 필요	
질환명(의심 포함)	치료 필요	지도 필요	질환명(의심 포함)	치료 필요	지도 필요
고혈압	1	2	폐 질환	1	2
고요산혈증	1	2	신장 질환	1	2
빈혈	1	2	이상지질혈증	1	2
간 질환	1	2	뇌혈관 질환	1	2
당뇨병	1	2			
기타 ( )				1	2
기타 ( )				1	2
기타 ( )				1	2
비고					

특정건강검진 기관번호	1	3	1				
의료기관명							
소재지							
전화번호							
의사명							

◎종합 판정 보는 방법

1. **‘이상 없음’**으로 판정받은 분은 현시점에서는 이상으로 보이는 소견이 발견되지 않았다는 의미로, 반드시 미래의 건강을 보장하는 것은 아닙니다. 자각 증상 등이 있을 때는 빨리 의사와 상담하는 것이 중요합니다. 앞으로도 정기적으로 건강검진을 받으시기 바랍니다.
2. **‘지도 필요’**로 판정받은 분은 이번 검사에서는 명확한 진단을 내리지 못했거나 정상 또는 이상으로 판단하기 어려운 소견을 보이거나, 또 건강하더라도 검사 시 몸 상태에 따라 이상 소견이 나타날 수도 있어 계속 경과를 관찰하거나 의료기관에서 재검사를 받을 필요가 있다는 의미입니다.
3. **‘치료 필요’**로 판정받은 분은 즉시 의사에게 치료를 받아야 합니다. 또한 현재 치료 중인 분은 앞으로도 지속적으로 주치의의 주의 지도를 준수하는 것이 중요합니다.

[특정건강검진에 관한 문의]

세타가야구 보건복지정책부 국민건강보험·연금과  
특정건강검진 담당

전 화 5 4 3 2 - 2 9 3 6  
F A X 5 4 3 2 - 3 0 0 5

◎검사 결과 보는 방법

왼쪽의 접는선이 밖으로 나오게 접으면 본인의 검사 결과를 비교하며 확인하실 수 있습니다.

접는선

항목	목적/의미	
소변 검사	단백	당뇨병 의심, 신장, 비뇨기 질환을 검사합니다.
	당	
	잠혈	
중성지방	높을 경우 생활습관병에 걸리기 쉬운 경향이 있습니다.	
HDL-콜레스테롤	낮을 경우 동맥경화증에 걸리기 쉬운 경향이 있습니다.	
LDL-콜레스테롤	높을 경우 동맥경화증에 걸리기 쉬운 경향이 있습니다.	
AST(GOT) ALT(GPT)	높을 경우 간 질환을 의심할 수 있습니다.	
γ-GT(γ-GTP)	높을 경우 알코올성 간염 등을 의심할 수 있습니다.	
혈당	높을 경우 당뇨병을 의심할 수 있습니다.	
헤모글로빈 A1c		
적혈구 수		
혈색소량(헤모글로빈)	낮을 경우 빈혈을 의심할 수 있습니다.	
적혈구 용적률		
크레아티닌	높을 경우 신장 질환을 의심할 수 있습니다.	
eGFR	낮을 경우 신장 질환을 의심할 수 있습니다.	
총콜레스테롤	높을 경우 동맥경화증에 걸리기 쉬운 경향이 있습니다.	
ALP(알칼리성 포스파타제)	높을 경우 간 질환을 의심할 수 있습니다.	
LD(LDH) (젖산탈수소효소)	높을 경우 심장 질환이나 간 질환을 의심할 수 있습니다.	
요산	높을 경우 통풍을 의심할 수 있습니다.	
요소질소	높을 경우 신장 질환을 의심할 수 있습니다.	
총단백	낮을 경우 신장 기능 장애, 영양 장애 또는 간 기능 장애 등을 의심할 수 있습니다.	
알부민		
백혈구 수	혈액 질환 등의 유무를 검사합니다.	
혈소판 수	낮을 경우 쉽게 출혈이 발생합니다.	
정밀 안저 검사	동맥경화, 당뇨병 등의 진행 상태를 검사합니다.	
심전도	심장 상태, 부정맥 등을 검사합니다.	
흉부 X선 검사	결핵 등이 의심되는 경우 검사합니다.	
방문 객담 검사	가래 속에 결핵균이 있는지 검사합니다.	

※측정값은 연령, 성별, 식습관 등에 따라 차이가 날 수 있습니다. 또한 측정 방법의 차이로 인해 표준값이 달라질 수도 있으며 개인차도 있습니다. 표준값은 참고용으로 사용해 주십시오. 이 결과만으로는 판단할 수 없는 경우가 있으니 의사의 지시를 잘 따라 주십시오.

접는선

◎BMI 안내

[계산 방법] BMI=체중(kg)÷신장(m)÷신장(m)  
[판정] 비만 25.0 이상