

基準が変わったって本当なの?! 今話題の“新基準”とは?



2 4月の発表ってどんなもの?

4月に発表されたのは、「基準範囲」に関する研究結果です。では、どうしてこのような研究が行われたのでしょうか。

1で述べた、基準範囲が施設ごとに異なる理由は、大きく2つに分けられます。

1つ目は、健康人の選定上の問題です。基準範囲を算出する場合、まずデータの中から健康人を選びます。しかし、健康人の定義が決まっていなため、健康人を、飲酒量が1日1合未満の人とするか、全く飲まない人とするかといった「健康人の選び方」によって数値のズレが生じてしまうのです。

2つ目は、データの数の問題です。多くの施設が、その施設で健診を受けた人のデータを用いて基準範囲を算出しています。しかし、健診を受ける人の数は、施設の規模などによって異なるため、こちらも数値のズレが生じてしまいます。

これらの問題を解消し、全国共有の基準範囲を設定すること、また、現在はあまり設けられていない性別や年齢別の基準範囲を設定することを目的に研究が実施され、全国にある200施設で人間ドックを受けた150万人の健診データを用いて算出した基準範囲が発表されました。しかし、今回の発表は中間発表であり、今すぐに基準範囲が変更になるということではありません。

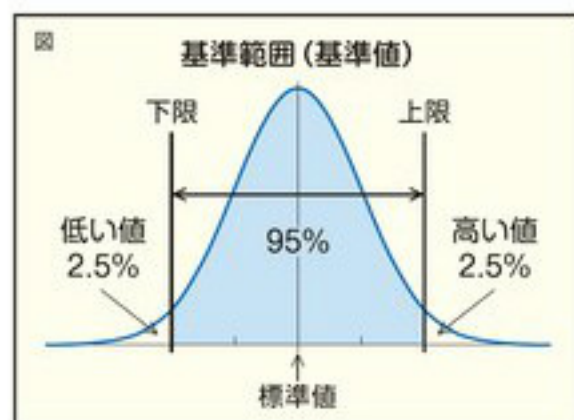
◎◎◎◎◎

正常値の誤解

健診結果の参考数値は、「基準範囲」「基準値」「正常値」など、さまざまな言葉で記載されています。なかでも「正常値」は、言葉どおりに捉えたと「治療の必要のない値」「正常な値」「異常ではない値」と思っていますが、実はそうではありません。

言葉は違いますが、「正常値」と「基準範囲」は同じ概念で算出された値で、健康人の分布範囲を示した値です。

正常値という書き方は、正常という言葉が誤解を招くことから、近年では「基準範囲」「基準値」という言葉が多く使用されています。



4月4日に日本人間ドック学会と健康保険組合連合会が発表した共同研究結果(中間発表)は、多くのメディアで「検査数値の新基準を発表」といった見出しで大きく取り上げられ、話題となりました。

今回は、意外と知らない健診結果の基準値と病気の判断値の違いをはじめ、4月の発表の内容をご説明します。

1 「基準範囲」と「疾患判別値」の違い

検査データに関する値には、「基準範囲(基準値)」と「疾患判別値」と呼ばれる2つの値があります。

「基準範囲」は、健診結果などに記載されている値です。こちらは、まず病気がなく健康な人(健康人)の検査データを集計して値の分布具合を調べ、一番人数の多い値を標準値とします。次に標準値と比べ、あまりにも高い値や低い値を2.5%ずつ除きます。こうして算出された範囲(95%)が基準範囲です(下図参照)。簡単にいうと、健康な人の値を調べたところ、「多くの人がこれくらいの範囲内に収まりました」ということを表したものです。

基準範囲の算出方法は世界的に統一されていますが、病院や健診センターでは独自に算出した基準範囲を用いることが多く、昨年とは別の施設で健診を受けたところ、基準範囲の値が少し異なっていたということも珍しくありません。

一方の「疾患判別値」は、病気の診断などに使用される値です。こちらは、日本高血圧学会や日本糖尿病学会といった専門学会が、長年蓄積した患者のデータなどを用いて、病気の診断や治療の目標として使用するために算出した値です。

このように、健康人から算出した「基準範囲」と、病気の診断のために算出した「疾患判別値」は、全く異なる値なのです。

今回発表された「基準範囲」

●性別や年齢別による違いがなかったもの

		下限	上限
血圧	収縮期	88	147
	拡張期	51	94

●性別による違いがみられたもの

	男性		女性	
	下限	上限	下限	上限
BMI	18.5	27.7	16.8	26.1

●性別、年齢別に違いがみられたもの

	年代	男性		女性	
		下限	上限	下限	上限
総コレステロール	30 - 44			145	238
	45 - 64	151	254	163	273
	65 - 80			175	280

※数値は中間発表であり、基準は変更されていません。

3 今後はどうなるの?

多くのメディアで「新基準」という言葉が使われていましたが、実際にはまだ新たな基準は設定されていません。

さらに、1で述べたように、病気の診断に用いる基準と基準範囲は異なりますので、「新基準の基準値内の値だから大丈夫」ということは決してありません。病気の診断は、1つの検査項目の値だけで判断されるものではなく、医師が検査結果や生活習慣などを総合的に診て、治療の判断をしています。ですから、現在治療中の人は、きちんと医師の指示を守って治療することが重要です。

基準範囲は、左図のように山型になっています。そのため、範囲内であっても上限ギリギリの数値であれば、健康人の分布の中でも最も数値が高く人数の少ない集団の中にいることになります。また、数年間の結果を見て数値が徐々に上昇しているのであれば、その集団から逸脱する可能性が高いことも分かります。

このように、健診結果を見る際は、基準範囲内であるかを確認するだけでなく、数年分の健診結果を用意し、基準範囲のどの位置に今の自分がいるか、また数年分の経過はどういった軌跡をたどっているかなどを考えながら見ていくことが大切です。

自身のからだの状態を確認するためにも、1年に1度は健康診断を受けましょう。

この記事は、4月4日に日本人間ドック学会と健康保険組合連合会が発表した「新たな健診の基本検査の基準範囲 日本人間ドック学会と健保連による150万人のメガスタディー」について解説したものです。研究内容の詳細は、各会のホームページをご覧ください。