



身體健康檢查

陳思帆 醫師



健康檢查的意義

- 預防重於治療

藉由健檢檢視自己的身體狀況、調整生活習慣

- 早期發現疾病、早期加以治療

疾病初期的治療及預後與疾病晚期有極大差異

@利用特殊工具在疾病沒有症狀之前早期發現疾病，並且提供適當治療，達到限制殘障或延長壽命的目的

健康檢查的類別

- 理學檢查：身高、體重、視力、EKG..
- 影像學檢查：x光、CT、超音波...
- 血液生化檢查：肝、腎功能、尿酸、膽固醇、三酸甘油脂
- 血清學檢查：肝炎標記、甲狀腺素...
- 內視鏡檢查：大腸內視鏡、胃鏡
- 顯微鏡檢查：血球分類、寄生蟲、抹片、切片判讀
- 細菌學檢查：細菌培養、分類

其他



健康檢查報告的意義

- 提供現階段身體的健康狀況，作為改進生活習慣的依據以及監測舊有疾病之病況。
- 篩檢出潛在或早期疾病，抑止疾病的進一步發展。
- 調整目前使用藥物的情形



內科檢查

- 腰圍判讀：男性 ≥ 90 公分，女性 ≥ 80 公分
表示「腹部肥胖」，宜注意飲食運動體重控制
- 身體質量指數測定方法：Body mass index(BMI)為 公斤(kg)/身高 m^2
- 體重過輕 $BMI < 18.5$
- 標準體重 $18.5 \leq BMI < 24$
- 體重過重 $24 \leq BMI < 27$
- 輕度肥胖 $27 \leq BMI < 30$
- 中度肥胖 $30 \leq BMI < 35$
- 重度肥胖 $BMI \geq 35 kg/m^2$



尿液檢查

- 尿蛋白(Pro)：正常的腎臟是不會讓寶貴的蛋白質從小便流失，而造成所謂的蛋白尿，所以尿蛋白可以說是腎臟病重要的指標。可因腎絲球或腎小管發生病變而引起，且亦可由其他因素如發高燒、劇烈運動或姿勢改變而引起。絕大多數的蛋白尿均是輕微且良性的，大量的蛋白尿則須進一步檢查。
- 尿糖(Glu)：尿中出現糖意味著罹患糖尿病，在以前血糖機不普遍的年代，尿糖試紙就常被用來監測血糖控制的情況。另外懷孕婦女產檢時，也要篩檢尿糖，看是否有妊娠糖尿病的發生。



尿液檢查

- **酮體(Ket)**：酮體是身體代謝脂肪產生能量時的產物，一般只有在禁食過久、糖尿病酮酸中毒、酒精性酮酸中毒、甲狀腺毒性亢進或先天性肝醣貯積症時才會出現。
- **潛血(OB)**：表示尿中帶血但非肉眼能辨識出來，病因可能來自腎臟，或泌尿系統其它部位有病變而出血，就會造成潛血陽性反應。一般來說，小孩常見先天性泌尿道異常、成人多為尿結石、老人則要考慮攝護腺肥大或癌症。此外當體內有溶血現象或橫紋肌溶解時，亦有可能造成潛血反應



血液檢查

1、白血球(WBC)

- 白血球若突然增高，表示身體正受到外敵侵入，身體某處有發炎狀態。有些人沒有任何自覺症狀，能過普通生活，白血球數約4000~10000/UL。
- 白血球增加的原因中，最嚴重的就是白血病。這是因生產白血球的骨髓和淋巴組織致癌，使白血球無法發揮效用，反而阻礙其他正常成分的功能，患者便容易引起感染。
- 相反，有些人再怎麼檢查，其白血球數都只有3K/UL左右。不過，這種現象本身並不會危及生命，只要觀察經過即可。但若不是停止在3K/UL，而是持續少到1K/UL左

表示已失去免疫的抵抗力。



血液檢查

2. 血紅素(Hb)【正常值】

男性：約13~17 mg/dl

女性：約12~16 mg/dl

3. 平均血球容積(MCV)

- 代表紅血球的平均體積。高值時表示紅血球過大，見於缺維他命B12和葉酸之貧血、巨紅血球症；口服避孕藥、停經婦女及老人，MCV也會較大。低值時表示紅血球較小，見於缺鐵性貧血、地中海型貧血以及慢性疾病造成之貧血



血液檢查

3. 血小板(PLT)

- 正常值：15—30萬/cumm
- 血小板是擔任血液凝固及止血的任務。若過低時，表示出現血小板抗體或是血小板先天性異常，有可能是疾病。但血液凝固顯著遲緩的病「血友病」則是因血液凝固因子有缺損所造成，與血小板沒有直接關係。高值時可能與紅血球增多症、慢性骨髓性白血病、骨髓纖維化、脾臟切除、慢性感染或急性感染恢復期有關。血小板值過低時可能有出血傾向，凝血情形不良之再生不良性貧血。



生化檢查

- **1. 血糖** 檢查較簡便的方法，是在空腹或飯後時，從血液中測量出血糖濃度。通常沒有糖尿病病史的人以須測量空腹血糖；確定或懷疑有糖尿病時，則須加做飯後血糖檢查。
- **血糖的正常值：**空腹血糖為70-110mg/dl，飯後兩小時則以不超過120mg/dl為標準。



生化檢查

- **2. 血脂肪** 主要包括膽固醇、三酸甘油酯，其中低密度脂蛋白 (LDL) 和高密度脂蛋白 (HDL) 與血管動脈關係密切。
- **@總膽固醇** 正常值：**130—200mg/dl**
- **高膽固醇血症：**遺傳、攝取過多的膽固醇和飽和脂肪酸、糖尿病、腎病症候群、甲狀腺機能低下、阻塞性肝病和服用利尿劑。
- **@三酸甘油酯** 正常值：**35—150mg/dl**
- **高三酸甘油酯症** 遺傳、飲食、腎病症候群、沒有控制好的糖尿病、尿毒症及服用利尿劑、降壓藥等。



生化檢查

- @低密度膽固醇(LDL-C) 正常值: 0—130mg/dl
- @高密度膽固醇(HDL-C) 正常值: 40—80mg/dl

- 高密度脂蛋白膽固醇偏低

遺傳、肥胖、運動不足、抽煙、服用類固醇、降壓藥等。

- @血脂肪過高帶來身體危害

血脂肪過高，在日積月累下，會加速動脈硬化，引發腦中風、心臟病、胰臟炎、糖尿病、甲狀腺機能低下、破壞腎功能引發尿毒症，還可能經常腹痛、生成主動脈瘤等嚴重後果。



生化檢查

- 肝功能 GOT(AST) 正常值: 0—40 U/L

GPT(ALT) 正常值: 0—42 U/L

- 肝功能異常，除肝膽疾病以外，尚有許多其他病因。 GOT及GPT值偏高，除肝炎外，尚有脂肪肝。 GOT值單項偏高，通常非肝病。 膽紅素偏高，除肝膽疾病以外，尚有溶血的可能。 輕度升高，大部份是先天性膽紅素排泄遲緩，不妨礙健康。



生化檢查

- 膽紅素(Bilirubin)
- 總膽紅素 正常值: 0.20—1.5mg/dl
- 直接膽紅素 正常值: 0—0.4mg/dl
- 除了肝細胞的損傷外，因為膽紅素從肝細胞分泌出來後，需要經過膽道系統排泄到腸管，所以當膽道系統的任何部分，因任何原因有阻塞時，都會有血清膽紅素的上升。所以當有膽紅素的上升時，也應考慮到是否膽道系統有問題。
- 另外，膽紅素的代謝過程有先天性的缺陷時，也會有血清膽紅素的上升，多見於新生兒和嬰兒期。也有所謂「生理性黃疸」。
- 溶血性貧血（黃疸）時，也會有黃疸的出現。



腎功能

- 血肌酐酸(Creatinine, Cr) :
- 血中的肌酐酸主要是來自於身體肌肉活動的代謝產物，而每天的產量全部都經腎臟由尿液排泄。因此，腎功能一有問題，無法完全排出每日所產生的肌酐酸，即會造成血中肌酐酸濃度上升的現象。上升越高，腎功能越不好。



腎功能

血尿素氮(BUN)：

- 血尿素氮的形成主要是來自蛋白質代謝的最終產物。
- 其排泄也是經腎臟由尿液排於體外。因此血中尿素氮的濃度，也可以用來做評估腎功能的指標。
- 正常範圍為10~20mg%，如果超過25mg%則稱之為有高氮質血症。但是因為血尿素氮容易因缺乏水份、吃大量蛋白質食物、上消化道出血、嚴重肝病、感染、使用類固醇藥物，及腎的血流量不足等影響，而暫時性上升。因此如果只有血尿素氮濃度升高，而血肌酐酸濃度正常，那麼並不認為腎機能是不正常的。



尿酸

- @尿酸是人體內普林(Purine)代謝的最終產物，主要是由腎臟排出，只有少部份經由腸道排出。體內尿酸的濃度主要由食物量加上體內合成量與排泄量的淨值平衡所決定。
- @與腎功能衰竭或服用利尿劑的副作用有關
- @若合併關節痛稱為痛風
- @醫師判讀時會合併服藥內容，關節疼痛部位及病史（大部份的關節痛不是痛風，而是常因尿酸偏高而被誤診為痛風）。



肝炎血清標記

B型肝炎

- **B型肝炎表面抗原—HBsAg**
 - 表面抗原陽性，表示是B型肝炎帶原者。
- **B型肝炎表面抗體Anti-HBs**
 - 抗體是人體製造出來對抗抗原的物質。表面抗體陽性，表示對B型肝炎病毒具免疫力，不怕感染。B肝表面抗體陰性，可能是B型肝炎帶原者(B型肝炎表面抗原陽性)，或未受到B肝病毒感染，且對B肝病毒沒有抵抗力。



肝炎血清標記

- **A型肝炎表面抗體Anti-HAV:**
 - 抗體陽性，肝功能正常且表示曾受到A肝病毒感染，目前已痊癒
- **C型肝炎表面抗體Anti-HCV:**
 - 抗體陽性，表示曾受到C肝病毒感染，但病毒仍存於體內容易有慢性肝炎或肝硬化



癌症篩檢

- 甲形胎兒蛋白AFP: 肝炎或肝硬化
- 攝護腺抗原PSA: 攝護腺癌攝護腺發炎或受傷
- 癌胚抗原CEA: 主要是針對腸胃管癌症的特異性反應, 對於各種癌症, 都會有不同程度的反應; 高年齡或抽菸時也會有輕度的上升。
- 甲狀腺功能: 異常須配合其他檢查之結果
- 甲狀腺促素TSH

偏高: 疑甲狀腺功能低下

偏低: 疑甲狀腺功能亢進

內科理學檢查及詢問病史游離甲狀腺素free T4檢查值異常時, 需搭配甲狀腺促素的值來判斷。



癌症篩檢

- 卵巢腫瘤指標CA125:

良性疾病引起的上升變化: 子宮內膜異位症、肝硬化、骨盆腔發炎、肋膜疾病、腹膜疾病、月經期間。

腫瘤引起的上升變化: 卵巢癌、子宮內膜癌、乳癌、肺癌、胰臟癌

當CA125值上升時需要搭配骨盆腔超音波或陰道超因等檢查來診斷卵巢腫瘤, 藉以提高準確率。



糞便檢查

• 糞便常規潛血反應（化學法）

@陰性：無腸胃道出血的現象。

@微量潛血反應（+或+/-）：常是食物中含有鐵的成分，或服用含鐵的綜合維他命尚未清除乾淨所致。

@強陽性反應（++以上）：與痔瘡、腸胃道出血、大腸癌、腸胃道腫瘤有關。宜至門診做進一步檢查並複檢糞便（尤其檢查當日未安排腸胃鏡檢查者）。



骨質密度檢查

@正常：骨質密度大於等於負1個標準差以上(T score ≥ -1 S.D.)

@骨質不足：骨質密度介於負1個到負2.5個標準差者(-2.5 S.D. \leq T score < -1 S.D.)

@骨質疏鬆：骨質密度小於負2.5個標準值以下者(T score < -2.5 S.D.)

@嚴重骨質疏鬆：骨質密度小於負2.5個標準值以下，並且發生一個以上的骨鬆性骨折者

35歲以後，人體開始老化，每年骨質平均減少1%，而且隨著年齡的增加骨骼的質與量減少，於是流失過速就形成了骨質疏鬆症。女性加上更年期之後，雌激素分泌停止，骨質流失就更快。



應該如何看待健檢報告

- 任何一種檢查皆有其誤差與侷限性
應諮詢專業意見，勿過度解讀健檢報告

- Thank You Very Much!

