



オプション検査のご案内 「推定 1 日食塩摂取量」

1 日に塩分をどれくらい摂っているか調べてみませんか？

- ☺ 当センターで新しくオプション検査を追加致しました。検査は健診の際の尿を使いますので非常に簡単です。
 - ☺ 食塩の摂りすぎは、高血圧から動脈硬化を引き起こすだけでなく、がんの原因の一つともされています。
 - ☺ 一回だけの検査よりも繰り返し測定する事で、ご自身の食生活の傾向がわかります。ぜひ健診毎に検査し生活習慣改善に役立ててください。
- * 食事によって日々変動する食塩摂取量を正確に検査することは非常に難しい事です。食塩を摂取すると不要になった Na(ナトリウム)が尿中に排泄されるので、尿中 Na を測定する事により食塩摂取量を求める方法が使われます。本来であれば 24 時間蓄尿(24 時間溜めた尿)を用いる方がより信頼度が高いとされていますが、日常生活で 24 時間蓄尿を行う事は容易ではありません。そこで考案されたのが、随時尿(通常の 1 回分の尿)による推定の食塩摂取量です。尿中 Na 値と尿中 Cr(クレアチニン)値 を測定して随時尿の補正を行い、塩分量を測定します。
- * 一般医療施設は、随時尿を用いて 1 日食塩摂取量 を推定する方法が、日本高血圧学会「高血圧治療ガイドライン」で推奨されています。

検査料金 1 回 500 円 (税抜)

白井聖仁会病院 健診センター

2020/6/18