



外国人技能実習生を対象とした オンライン健康相談実施の手引き

公益社団法人国際人材革新機構

目次

1. 背景と目的.....	1
2. 事前知識.....	1
2. 1. 外国人技能実習制度の概要.....	1
2. 2. 技能実習生について.....	3
2. 3. コミュニケーションとしてのやさしい日本語.....	4
3. オンライン健康相談の実施.....	4
3. 1. 予約.....	4
3. 2. 事前準備.....	5
3. 2. 1. オンライン環境の整備.....	5
3. 2. 2. 通訳の準備.....	5
3. 2. 3. 健康診断結果の受領と準備.....	5
3. 3. 相談の実施.....	5
3. 3. 1. 全体の構成.....	5
3. 3. 2. 相談時のコミュニケーションとツールの活用.....	6
3. 3. 3. 専門外の相談を受けた場合等の対応.....	6
3. 4. 技能実習生からのフィードバック（通訳による相談記録の作成）.....	6
3. 5. 相談レポートの作成.....	7
3. 6. フォローアップ.....	8
4. 個人情報の取り扱い.....	8
5. よく使う用語集.....	8

1. 背景と目的

令和3年6月末時点で日本に在留する外国人技能実習生（以下「技能実習生」という）の数は約35万4千人です。出身国はベトナムや中国、インドネシア、フィリピン等の国々で、3～5年の間、日本に滞在してそれぞれの実習先企業で技能実習をしています。

現在の制度上、在留資格「技能実習」では家族の帯同は認められておらず、単身日本で生活をする中、慣れない気候や食事、言語、生活習慣、文化の違い、人間関係等からストレスを感じる等して、体調を崩しやすい状況にあることは想像に難くありません。

しかしながら、言語コミュニケーション上及び周囲を取り巻く社会生活環境上の課題、そして健康問題が発覚したら技能実習を中断し帰国しなければならないのではないかと不安等から、技能実習生が気軽に専門家に自身の健康について相談することは難しいのが現状と考えられます。

そこで本事業では、保健師等による定期健康診断の結果を活用したオンライン健康相談を行うことで、プライバシーに配慮した上、気軽に専門家¹に相談できる機会を提供することとしました。さらに、そこで得た知見等を社会に共有し、より多くの技能実習生が健康で充実した日本での生活を送れることを目指します。

2. 事前知識

本節では、技能実習生に対するオンライン健康相談を実施するにあたって必要となる基礎知識をご紹介します。

2. 1. 外国人技能実習制度の概要

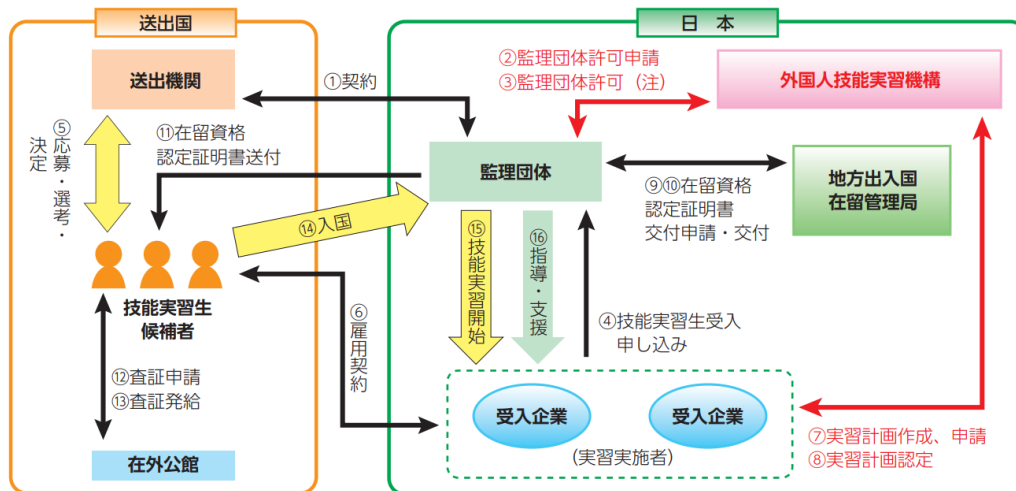
外国人技能実習制度（以下「技能実習制度」という）は、我が国で培われた技能、技術または知識（以下「技能等」という）の開発途上地域等への移転を図り、当該開発途上地域等の経済発展を担う「人づくり」に寄与することを目的として創設された制度です。

平成22年には在留資格「技能実習」が創設され、平成29年11月1日には技能実習の適正な実施及び技能実習生の保護を図るため、技能実習に関する基本理念を定め、国等の責務を明らかにした技能実習法が施行されました。

技能実習の形態は、受入れ機関別に大きく2つの分けられます。1つ目は実習実施者（日本で技能実習生を受入れる企業等のこと）の外国にある事業所など、一定の事業上の関係を有する機関から技能実習生を受入れて技能実習を行わせる「企業単独型技能実習」です。そして2つ目が営利を目的としない監理団体が、実習実施者に対して指導・監督をしながら技能実習を行わせる「団体監理型技能実習」です。後者が全体の98%を占めていますが、その仕組みを図1に示します。

¹本事業では、健康相談を行う専門家として、保健師及び看護師を想定しており、あわせて「保健師等」と言います。

【団体監理型】 非営利の監理団体（事業協同組合、商工会等）が技能実習生を受入れ、傘下の企業等で技能実習を実施



注：外国人技能実習機構による調査を経て、主務大臣（法務大臣・厚生労働大臣）が団体を許可

図1 技能実習制度の仕組み(団体監理型)
(出典)外国人技能実習機構ウェブサイト

図2 に技能実習の流れを示します。技能実習1号及び2号の3年間に加え、3号の2年間を合わせると最長で5年間の実習が可能です。なお、技能実習生は入国直後の講習期間以外は実習実施者との雇用関係の下労働関係法令等が適用されます。

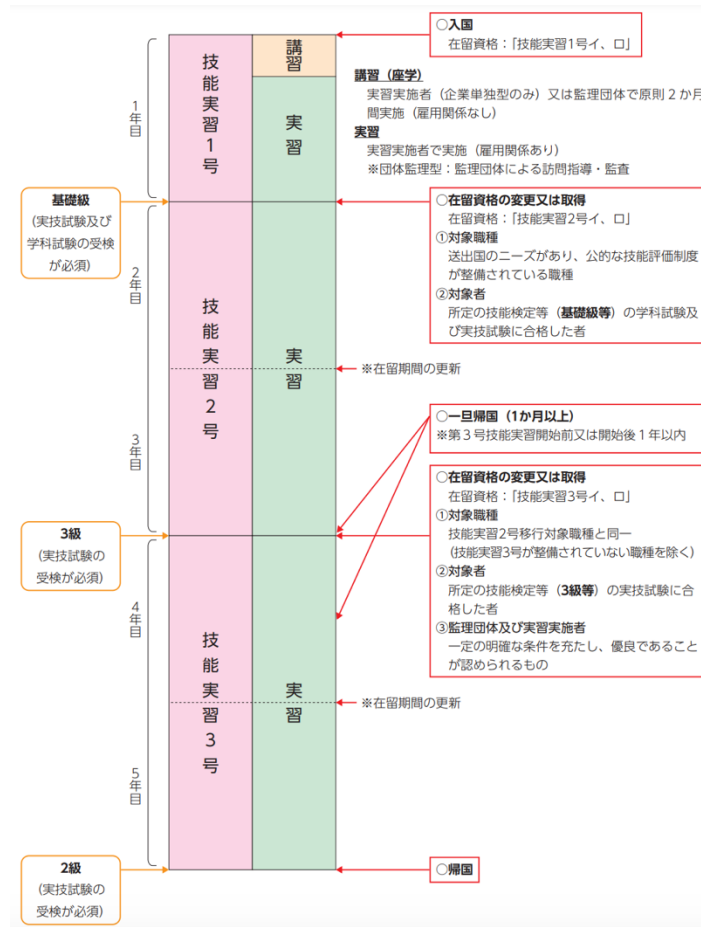


図2 技能実習の流れ
(出典)外国人技能実習機構ウェブサイト

2. 2. 技能実習生について

次に、出入国在留管理庁の在留外国人統計（令和2年12月末時点）を参照し、技能実習生について概観したいと思います。

国籍別に見るとベトナムが最も多く（約55%）、次いで中国（約17%）、インドネシア（約9%）、フィリピン（約8%）と続きます。

男女比で見ると男性の方が約58%と多く、女性は約42%となっています。

年齢別に見ると20代が約71%と圧倒的に多く、30代の約23%と合わせると、全体の94%が20～30代ということになります。

また、在留地方別に見ると東海地方（約20%）、南関東地方（約17%）でやや多いものの、技能実習生が日本全国で在留している様子がわかります。

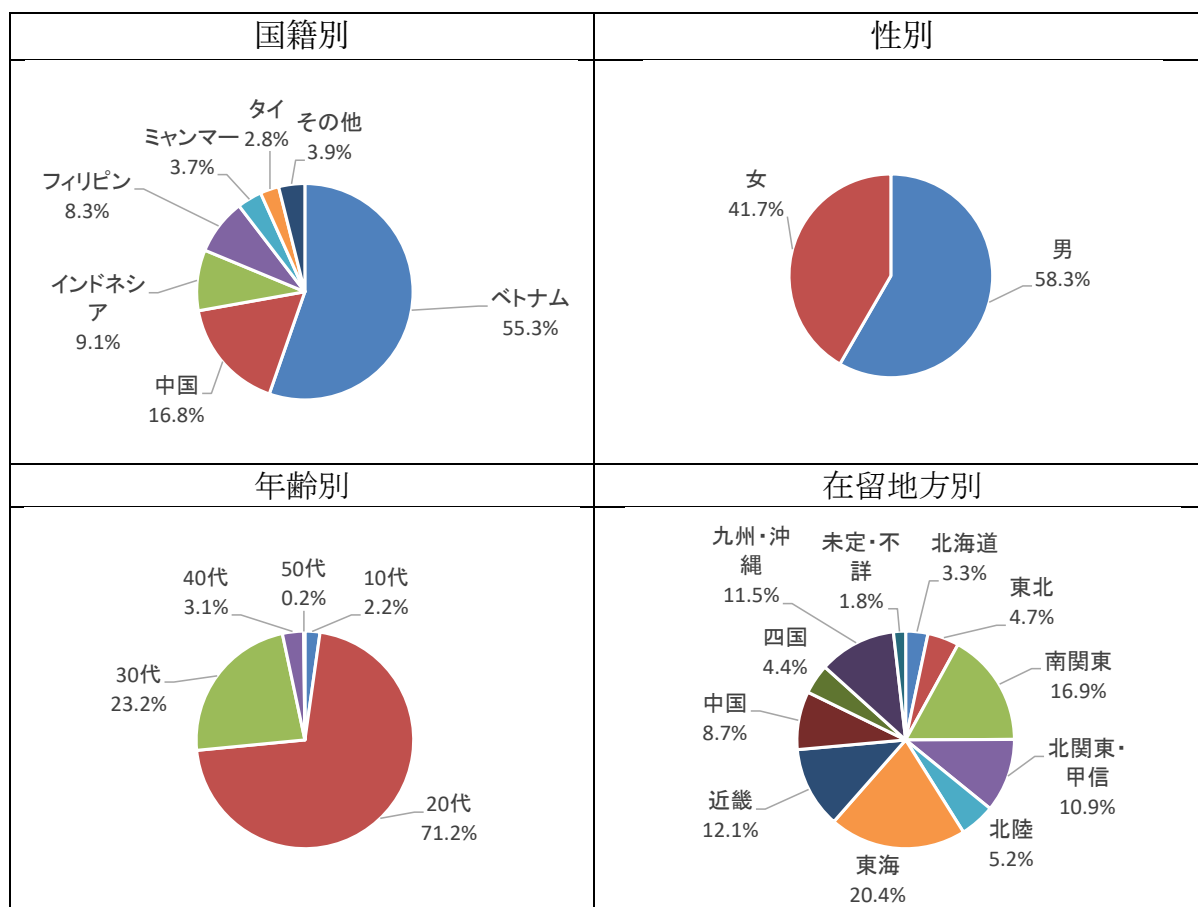


図3 技能実習生の概要

(出典) 出入国在留管理庁「在留外国人統計」の令和2年12月末データを使用し作成

2. 3. コミュニケーションとしてのやさしい日本語

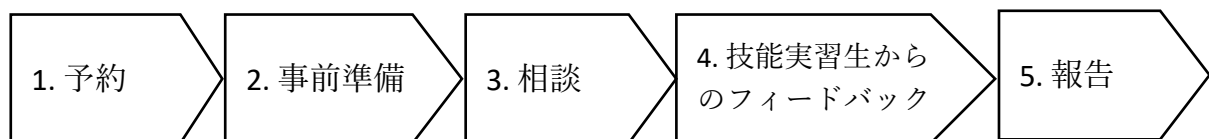
「やさしい日本語」とは、普通の日本語よりも簡単で、外国人にもわかりやすい日本語のことです。平成7年1月の阪神・淡路大震災時、多くの外国人も被害を受けましたが、その中には日本語や英語が十分理解できず、必要な情報を受け取ることができない人もいました。そこで、そうした人たちが災害発生時に適切な行動を取れるように考え出されたのが「やさしい日本語」の始まりとされています。今では平時における情報提供手段として自治体の窓口など多くの場面で「やさしい日本語」が活用され、ニーズは急速に高まっています。

出入国在留管理庁の「令和2年度在留外国人に対する基礎調査」でも、技能実習生の読む能力について、通常の日本語では「あまり分からない」、「分からない」の合計が37%であったのに対し、「やさしい日本語」では同じ割合が7.5%まで低下することが報告されています。

本事業においても、技能実習生が安心して保健師等から健康相談サービスを受けられるよう、保健師等が「やさしい日本語」でコミュニケーションをすることとします。

3. オンライン健康相談の実施

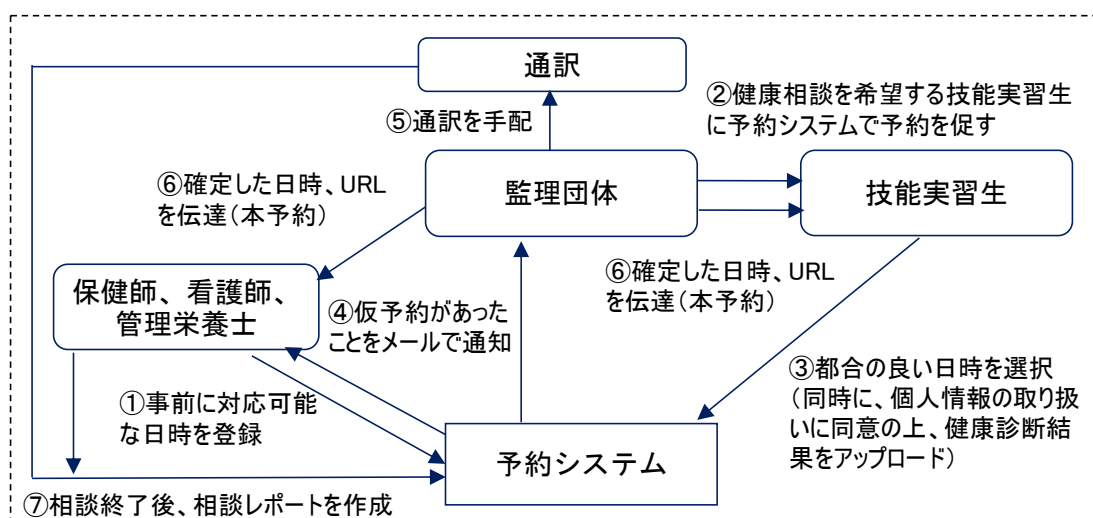
本事業におけるオンライン健康相談は、次の流れで実施します。



3. 1. 予約

予約は、次の図に示すとおり、以下の①～⑥の手順で行います。

- ①保健師等が予約システムに相談対応可能な日時を登録
- ②監理団体が健康相談を希望する技能実習生に予約システムで予約を促す
- ③技能実習生が、登録された日時の中から都合の良い日時を選択して相談申込（同時に、個人情報の取り扱いに同意の上、健康診断結果をアップロードする）
- ④仮予約があったことが保健師等及び監理団体にメールで自動通知される
- ⑤⑥監理団体が通訳を手配し、確定日時と URL を保健師等及び技能実習生に通知



*なお、監理団体は、通訳の手配等に際して技能実習生の性別に配慮することとします。

3. 2. 事前準備

3. 2. 1. オンライン環境の整備

本事業では、新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止や、地理的制約がないため日程調整をより柔軟に設定できること、より低コストで実施することができる等の観点から、オンラインで健康相談を行います。

オンライン健康相談を実施するにあたり、技能実習生と保健師等（通訳が必要な場合は通訳も）いずれにおいても、良好なインターネット接続環境とPCやスマートフォン等のデバイス、オンライン会議ツールを準備する必要があります。

オンライン会議ツールにはZoomやGoogle Meet、Microsoft Teams等様々なものがありますが、双方が使いやすいツールをあらかじめ確認した上で、標準のツールを決定します。同時に様々なツールを使うと関係者が混乱してしまうため、本事業ではZoomに統一します。

3. 2. 2. 通訳の準備

オンライン健康相談では、個人のプライバシーに配慮することやコストを抑えるため、できる限り技能実習生と保健師等のみが「やさしい日本語」でコミュニケーションすることを目指します。

しかしながら、実際にはどうしても専門用語を使わざるを得ないケースや、込み入った話になるケース等があることを想定し、本事業では秘密保持の誓約をした通訳も同席することとします。こうしたケースでも、本事業においてある程度のパターンが蓄積され、ツール等に反映されれば、「やさしい日本語」のみでのコミュニケーションが可能になるかもしれません。

3. 2. 3. 健康診断結果の受領と準備

予約後、事前に保健師等が技能実習生の健康診断結果を受領し、健康相談の準備を行います。

3. 3. 相談の実施

3. 3. 1. 全体の構成

本事業のオンライン健康相談は次の二部構成とし、一人あたりの所要時間は合わせて30分程度を想定します。

第一部では、事前に受領した健康診断結果をもとに保健師等が結果の見方の解説や、生活習慣改善のアドバイス等を行います。

そして第二部では、その他、技能実習生が健康に関して知りたいこと、保健師等に聞いてみたいこと等を質問し、保健師等が回答します。

本事業は、健康診断項目を1つ1つ技能実習生に対して説明する機会ではなく、生活習慣等を細かにヒアリングし、1つ1つ改善指導をする機会でもありません。何よりも傾聴を大事にし、技能実習生の相談にのる機会にしたいと考えています。

なお、相談に先立ち、4に記載した個人情報の取り扱いについて、保健師等が通訳を介して説明することとします。

3. 3. 2. 相談時のコミュニケーションとツールの活用

本事業では相談時に通訳も同席しますが、前述のとおり相談時のコミュニケーションは原則として保健師等が「やさしい日本語」を使って行います。健康診断項目や保健指導の現場でよく使う用語についてはあらかじめ「やさしい日本語」化、多言語化してあります（巻末の用語集参照）ので、これらも適宜活用します。

しかしながら、相談内容や技能実習生の日本語能力水準等によってはコミュニケーションが困難になることもあり得ます。その場合には、躊躇することなく同席する通訳の助け借りてください。

相談後の報告について詳しくは後述しますが、どのような場合に通訳が必要であったか？（全く通訳を使わなかったことも含め）、保健師等が個人情報を含まない形でメモとして残し、システム上に情報を蓄積します（システムの使い方については別途、資料を保健師等に配布します）。そして、ある程度共通する表現等については用語集に加え「やさしい日本語」化や多言語化を行い、次の相談の機会に活用してみます。これを繰り返すことで、徐々に「やさしい日本語」のみで相談時の基本的なコミュニケーションができることを目指します。

3. 3. 3. 専門外の相談を受けた場合等の対応

オンライン健康相談中に、場合によっては労働環境や生活環境、お金の問題等、技能実習生から様々な相談を受けることもあり得ます。専門外のため、その場でアドバイスや回答等を行うことが難しい場合は、監理団体である当団体が責任を持って対応しますので、その旨を技能実習生に伝え、内容を記録して当団体に報告してください。当団体は技能実習生の個人情報等に十分配慮した上、速やかに関係各所に働きかけを行います。

3. 4. 技能実習生からのフィードバック（通訳による相談記録の作成）

本事業では相談終了後に、オンライン健康相談を受けた感想やフィードバックを得るため、通訳を介して技能実習生に対し簡単なアンケートを実施します。通訳はコミュニケーションに関する項目に加えて、これらのアンケート結果をシステムを通じて監理団体に報告します。主な質問項目は次のとおりです。

カテゴリー	No.	項目
コミュニケーション	1	オンライン健康相談に通訳として参加してみて、意思疎通にどのような課題を感じたか？
	2	「やさしい日本語」、多言語用語集に新たに追加すべき用語はあるか？
	3	通訳を使ったのは全体のコミュニケーションの何%程度か（主観的で良い）？
	4	上記のうち、保健師等がお願いして通訳をしてもらった割合と、技能実習生からお願いして通訳した割合は？
	5	どのようなタイミング、シチュエーションで通訳が必要であったか？

	6	後から振り返って、通訳を使ったタイミングは適切であったと感じるか（早すぎた、遅すぎた等）？ また、その理由は？
技能実習生に対するアンケート	1	属性（業種、性別、年齢、日本語レベル）は？
	2	オンライン健康相談は自分にとって有益であったか？
	3	オンライン健康相談における「やさしい日本語」は十分理解できたか？また、どのような表現、用語等の理解が難しかったか？
	4	オンライン健康相談で聞きたいことは聞けたか？
	5	オンライン健康相談を今後も受けてみたいか？ また、その理由は？

3. 5. 相談レポートの作成

本事業でオンライン健康診断を実施した保健師等は、簡易的にオンライン健康診断の結果を記録し、相談レポートとしてシステムを通じて監理団体に報告します。主な記録・報告項目は次のとおりです。

カテゴリー	No.	項目
コミュニケーション	1	オンライン健康相談を実施してみて、意思疎通にどのような課題を感じたか？
	2	「やさしい日本語」、多言語用語集に新たに追加すべき用語はあるか？
	3	通訳を使ったのは全体のコミュニケーションの何%程度か（主観的で良い）？
	4	上記のうち、保健師等がお願いして通訳をしてもらった割合と、技能実習生からお願いして通訳した割合は？
	5	どのようなタイミング、シチュエーションで通訳が必要であったか？
	6	後から振り返って、通訳を使ったタイミングは適切であったと感じるか（早すぎた、遅すぎた等）？ また、その理由は？
技能実習生について	1	属性（業種、日本語レベル）は？
	2	技能実習生は健康に関して、どのような課題を感じていたか？
	3	健康に関してどのようなアドバイスをしたか？
	4	技能実習生は健康以外で、どのような相談をしてきたか？ （例：お金のこと、家族のこと、職場のこと、生活のこと等）
	5	監理団体がすぐに対応すべきことはあるか？

*システム上での報告の仕方は別途保健師等に配布する資料をご確認ください。

3. 6. フォローアップ

オンライン健康相談により、フォローアップが必要と判断された場合には、保健師等や監理団体等が適切なフォローアップを行います。

4. 個人情報の取り扱い

本事業は個人情報保護法及び関係法令を遵守して実施します。

健康診断結果等、技能実習生の個人情報を収集する場合には、収集目的を明示し、事前に本人同意を得るとともに、その目的の達成に必要な限度において行います。

収集した個人情報は保健師等及び監理団体において厳重に管理し、本人の同意を得ることなく、第三者に開示・提供することを禁止します。使用するパソコン等の電子機器は最新のオペレーティングシステム、ソフトウェアのバージョンに更新し、ウィルス対策等を講じていることとし、収集した個人情報をクラウド上やUSB等に保存することを禁止します。

なお、収集した個人情報はオンライン健康相談終了時に確実に破棄または削除することとします。

5. よく使う用語集

保健指導でよく使う用語のやさしい日本語解説と各国語訳を次頁以降に掲載していますので、健康相談の場面で適宜ご活用ください。

謝辞

本事業は日本財団の助成を得て実施しています。また、本手引きの作成にご協力いただいた、順天堂大学大学院医学研究科の武田裕子教授、聖心女子大学現代教養学部の岩田一成教授、保健師の皆様に感謝申し上げます。

よく使う用語集（英語）

通番	用語	やさしい日本語での解説	用語（翻訳）	やさしい日本語での解説（翻訳）
1	健康診断	健康であるか？病気がないか？調べます。	Health examination	A check to see if you are healthy and have any illnesses.
2	総合判定	身体のいろいろなところを調べます。「異常なし」は大丈夫です。「許容範囲」「要注意・要（経過）観察」「要再検査」「要治療・要医療」「治療継続（または治療中）」「要精密検査」は問題があります（問題の大きさは違いがあります）。	Comprehensive assessment	A checkup on various parts of the body. "No abnormalities" indicates it is fine. "Acceptable" "Requires attention/(follow-up) observation," "Requires re-examination," "Requires care/treatment," "Continuing treatment (or under treatment)," and "Requires close examination" indicate problems (of varying magnitude).
3	異常	正常ではないです。	Abnormality	Indicates a value that is not normal.
4	経過観察	これからの様子を見ます。	Follow-up observation	Your situation will be monitored.
5	要治療	病院に行って、治療しなければなりません。	Requires treatment	You must go to the hospital for treatment.
6	要精検（要精密検査または要精査）	病院で詳しく調べなければなりません。	Requires further examination (close examination or inspection required)	You must undergo further examination at the hospital.
7	身体計測	身長、体重、体脂肪率などを測ります。	Physical measurements	Measures height, weight, body fat percentage, etc.
8	視力	目での（の形）を見る力	Eyesight	Ability to see (the shape of) objects with the eyes
9	聴力	耳で音を聞く力	Hearing	Ability to hear sounds with the ears
10	尿	おしっこ。	Urine	Pee.
11	脂質	栄養素の一つです。身体の中でエネルギーになります。血の中のコレステロールや中性脂肪などを呼ぶときにも使います。	Lipids	A type of nutrient. It becomes energy in the body. It is also used to refer to cholesterol and neutral fats in the blood.
12	糖尿病	病気の名前です。血の中にブドウ糖が普通よりたくさんあります。	Diabetes	The name of a disease. It indicates there is more glucose in the blood than normal.
13	腎機能	腎臓の働き（おしっこを作ります）。	Kidney function	How the kidneys are working (which make pee).
14	膵機能	膵臓の働き（消化液とホルモンを分泌します）。	Pancreatic function	How the pancreas is working (which secretes digestive fluids and hormones).
15	痛風	病気の名前です。尿酸が小さなたまりになります。そして、関節が痛くなります。	Gout	The name of a disease. Uric acid forms small chunks, causing joints hurt.
16	血液	血。体の中をまわっている赤い液体。酸素や栄養、不要な物質を運びます。	Blood	The red fluid circulating the body. It carries oxygen, nutrients, and unwanted substances.
17	肝機能	肝臓の働き（栄養の貯めます／有害物質を解毒します）。	Liver function	How the liver is working (which stores nutrients / breaks down toxic substances).
18	胸部X線	検査です。X線で胸の写真を撮ります。肺炎や肺がんなど肺の病気や、心臓の大きさを調べます。	Chest X-ray	An examination. A picture of the chest is taken with X-rays. It is used to look for lung diseases such as pneumonia and lung cancer, and at the size of the heart.
19	心電図	検査です。心臓から出る電気を記録します。不整脈や心臓の血管が詰まる病気（狭心症・心筋梗塞）を見つめます。	ECG	An examination. It records the electrical activity of the heart. It is used to detect irregular heartbeats and diseases that clog blood vessels in the heart (anginas, myocardial infarctions).
20	内科診察	内科の医師が身体の調子を質問します。また、身体を調べます（視診・触診・聴診・打診があります）	Internal medicine examination	When an internal medicine doctor asks you questions about their physical condition. They will also examine your body (including visual, palpation, auscultation, and percussion exams)
21	診察	医師が患者に質問をします。また、身体を調べます。患者の病気の状態を判断するためです。	Medical examination	The doctor asks you questions. They also examine your body. This is to determine your state of illness.
22	身長	背の高さ。	Height	How tall you are.
23	体重	身体の重さ。	Body weight	How much you weigh.
24	標準体重	あなたの身長や年齢から考えて一番いい体重。この重さだと、もっとも病気になりにくいです。	Standard body weight	The best weight for you, given your height and age. You are least likely to get sick at this weight.
25	肥満度	身体の脂肪の割合。BMI（(体重(kg))/[身長×身長]）の数値を使います。この数値が高いと肥満です。肥満度は1度～4度に分けることもあります。肥満は、心臓や脳に異常が出やすいです。	Body fat percentage	Percentage of fat in the body. Uses BMI value ((Weight(kg))/[Height x Height]). A high BMI indicates obesity. The degree of obesity can be divided into 4 classes. I to IV. Obesity can lead to heart and neural problems.
26	腹囲	お腹の周りの長さ（おへその高さ）。	Abdominal girth	Length around the belly (at the navel).
27	BMI	[(体重(kg))/身長×身長]。肥満度を測ります。	BMI	[(Weight (kg))/Height x Height]. It measures the degree of obesity.
28	尿蛋白	おしっこの中のタンパク。マイナスが正常です。プラスは腎臓に異常があります。	Urinary protein	Protein in the pee. Minus indicates normal values. Plus indicates kidney problems.
29	尿潜血	おしっこの中の血（尿潜血は目に見えませんが、見えるものは血尿といえます）。マイナスが正常です。プラスは腎臓や尿道に病気がある可能性があります。	Urinary occult blood	Blood in the pee (occult blood in pee is not visible; visible blood is called hematuria). Minus indicates normal values. Plus may indicate disease in the kidneys or urethra.
30	ウロビリノーゲン	肝臓や胆のうなどの異常がわかります。プラスは肝臓障害や大量の溶血（赤血球が血管内で破壊される）の可能性がわかります。マイナスは胆管が詰まっているなどの可能性があります。	Urobilinogen	Shows abnormalities in the liver and gall bladder. Plus indicates possible liver damage and massive hemolysis (breakdown of red blood cells in the blood vessels). Minus indicates possible clogged bile ducts, etc.
31	ビリルビン	老化した赤血球が壊れてできます。高いと肝炎や胆道の閉塞などの可能性があります。	Bilirubin	Formed when aged red blood cells break down. High levels may indicate hepatitis or obstruction of the biliary tract.
32	ケトン体	栄養が十分に取れないとき、おしっこの中に出るもの。プラスは長期絶食や糖尿病、脱水症などの可能性があります。	Ketone bodies	What comes out in pee when lacking nutrition. Plus indicates possible prolonged fasting, diabetes, dehydration, etc.
33	比重	おしっこの中に溶けている物質の割合。尿比重が高すぎたり低すぎると、病気の可能性があります。	Specific gravity	The percentage of a substance that is dissolved in pee. Urine specific gravity that is too high or too low can indicate illness.
34	中性脂肪	脂肪の一つ。高いと体にたまって肥満や動脈硬化、脂肪肝を起こす可能性があります。低すぎるのも病気が原因の可能性がわかります。	Neutral fat	A type of fat. High levels may indicate an accumulation in the body that can cause obesity, arteriosclerosis, and fatty liver. Levels that are too low may also be due to illness.
35	HDLコレステロール	善玉コレステロールとも言います。血の中の余分な脂質を取り除いて肝臓に運ぶ作用があります。低いと動脈硬化が進む可能性があります。	HDL cholesterol	Also called good cholesterol. Has the ability to remove excess lipids from the blood and transport them to the liver. Low levels may cause arteriosclerosis to progress.
36	LDLコレステロール	悪玉コレステロールとも言います。善玉コレステロールの邪魔をします。高いと血管の壁に貯まって動脈硬化になり、脳梗塞や心筋梗塞になる可能性があります。	LDL cholesterol	Also called bad cholesterol. Gets in the way of good cholesterol. High levels may indicate an accumulation in blood vessel walls and cause arteriosclerosis, leading to cerebral or myocardial infarction.
37	血糖	血の中の糖の濃さ。高いと糖尿病などの可能性があります。	Blood sugar	The concentration of sugar in the blood. High levels may indicate diabetes or other conditions.
38	HbA1c (JDS)	過去1～2ヶ月の血糖の平均値。高いと糖尿病などの可能性があります。	HbA1c (JDS)	Average blood glucose over the past 1-2 months. High levels may indicate diabetes or other conditions.
39	尿糖	おしっこの中に含まれる糖のこと。マイナスが正常です。高いと糖尿病の可能性がわかります。	Urinary glucose	The sugar in pee. Minus indicates normal values. High levels may indicate diabetes.
40	クレアチニン	高いと腎臓の働きに問題がある可能性があります。	Creatinine	High levels may indicate problems with kidney function.
41	血清アミラーゼ	消化を助けるタンパク質。高いと膵臓や肝臓の病気などの可能性があります。	Serum amylase	Protein that aids in digestion. High levels may indicate pancreatic or liver disease.
42	尿酸	高いと痛風という病気になります。	Uric acid	High levels may cause a disease called gout.
43	赤血球数	赤血球の数。赤血球は肺で受け取った酸素を身体に運びます。	Red blood cell count	The number of red blood cells. Red blood cells carry oxygen received by the lungs throughout the body.
44	Hb（ヘモグロビン；血色素量）	低いと血液が少ない（作られていない/減った）可能性があります。	Hb (hemoglobin; hemoglobin content)	Low levels may indicate low amounts of blood (not being produced/reduced volumes).
45	白血球数	白血球の数。白血球は感染症の時に、外部から侵入してきた病原体と戦います。高いと感染症の可能性がわかります。	White blood cell count	The number of white blood cells. White blood cells fight against invading pathogens during infections. High levels may indicate infection.
46	ヘマトクリット	血液中の赤血球が占める容積比率。脱水の時に高くなったり、出血や産生不足による貧血で低くなったりします。	Hematocrit	The volume percentage of red blood cells in blood. Levels can be high when dehydrated or low when anemic due to bleeding or lack of blood production.
47	血小板数	骨髄内で作られるもの。これは血管が破れて出血したところを補修します。多すぎたり少なすぎたり異常です。	Platelet count	Made in bone marrow. Repairs broken and bleeding blood vessels. Levels that are too high or too low indicate abnormality.
48	MCV、MCH、MCHC	赤血球の大きさやヘモグロビンの量を示す数値。これらの数値の組み合わせ（どの値が大きいか小さいか）によって、貧血の種類を推測します。	MCV, MCH, MCHC	Figures indicating the size of red blood cells and amounts of hemoglobin. The combination of these values (which are larger or smaller) is used to estimate the type of anemia.
49	GOT (AST)	高いと肝臓が悪い可能性があります。また、心筋梗塞が起きたときにも高くなる可能性があります。	GOT (AST)	High levels may indicate liver problems. They may also be higher in the event of a myocardial infarction.
50	GPT (ALT)	高いと肝臓が悪い可能性があります。	GPT (ALT)	High levels may indicate liver problems.
51	ALP	高いと骨の病気や、胆道系の病気の可能性がわかります。	ALP	High levels may indicate bone or biliary system disease.
52	γ-GTP	高いと肝臓や胆道系の病気の可能性がわかります。	γ-GTP	High levels may indicate liver or biliary system disease.
53	総ビリルビン	高いと肝臓や胆道系などの病気の可能性がわかります。	Total bilirubin	High levels may indicate liver, biliary system, or other disease.
54	メタボリックシンドローム	病気になりやすい状態です。内臓に脂肪がたまり肥満になり、糖尿病や高血圧など様々な病気が起きやすいです。	Metabolic syndrome	A condition that can lead to illness. Fat accumulates in the internal organs, leading to obesity, and various diseases such as diabetes and high blood pressure are likely to occur.

よく使う用語集 (ベトナム語)

通番	用語	やさしい日本語での解説	用語 (翻訳)	やさしい日本語での解説 (翻訳)
1	健康診断	健康であるか？病気がないか？調べます。	Khám sức khỏe	Kiểm tra có khỏe không? Có bệnh gì không?
2	総合判定	身体のいろいろなところを調べます。「異常なし」は大丈夫です。「許容範囲」「要注意・要(経過)観察」「要再検査」「要治療・要医療」「治療継続(または治療中)」「要精密検査」は問題があります(問題の大きさは違いますが)。	Đánh giá toàn diện	Kiểm tra các bộ phận khác nhau của cơ thể. "Không có bất thường" là ổn Có vấn đề với "phạm vi cho phép", "cần chú ý/cần quan sát (qua trình)", "cần tái khám", "cần điều trị/cần y tế", "tiếp tục điều trị (hoặc đang điều trị)", "cần xét nghiệm chi tiết" là có vấn đề (mức độ của vấn đề có khác nhau).
3	異常	正常ではないです。	Bất thường	Không bình thường.
4	経過観察	これからの様子を見ます。	Theo dõi	Từ giờ xem xét tình hình.
5	要治療	病院に行って、治療しなければなりません。	Cần điều trị	Phải đến bệnh viện và điều trị.
6	要精検 (要精密検査または要精査)	病院で詳しく調べなければなりません。	Cần xét nghiệm chi tiết (Cần xét nghiệm chi tiết hoặc kiểm tra chi tiết)	Phải kiểm tra lại ở bệnh viện.
7	身体計測	身長、体重、体脂肪率などを測ります。	Nhân trắc học	Đo chiều cao, cân nặng, tỷ lệ mỡ cơ thể v.v.
8	視力	目での(の形)を見る力	Thị giác	Khả năng nhìn (hình dạng) của vật bằng mắt
9	聴力	耳で音を聞く力	Thính giác	Khả năng nghe âm thanh bằng tai
10	尿	おしっこ。	Nước tiểu	Tiểu.
11	脂質	栄養素の一つです。身体の中でエネルギーになります。血の中のコレステロールや中性脂肪などを呼ぶときにも使います。	Lipid	Là một trong những chất dinh dưỡng. Trở thành năng lượng trong cơ thể. Cũng được sử dụng để gọi cholesterol hay chất béo trung tính trong máu.
12	糖尿病	病気の名前です。血の中にブドウ糖が普通よりたくさんあります。	Bệnh tiểu đường	Tên bệnh. Có nhiều glucose trong máu hơn bình thường.
13	腎機能	腎臓の働き(おしっこを作ります)。	Chức năng thận	Chức năng của thận (tạo ra nước tiểu).
14	膵機能	膵臓の働き(消化液とホルモンを分泌します)。	Chức năng tuyến tụy	Chức năng của tuyến tụy (tiết dịch tiêu hóa và kích thích tố).
15	痛風	病気の名前です。尿酸が小さなかたまりになります。そして、関節が痛くなります。	Bệnh gút	Tên bệnh. Acid uric trở thành một khối nhỏ và các khớp bị đau.
16	血液	血。体の中をまわっている赤い液体。酸素や栄養、不要な物質を運びます。	Máu	Máu. Chất lỏng màu đỏ đi quanh cơ thể. Vận chuyển oxy hay chất dinh dưỡng và các chất không cần thiết.
17	肝臓	肝臓の働き(栄養の貯めず／有害物質を解毒します)。	Chức năng gan	Chức năng của gan (lưu trữ chất dinh dưỡng/giải độc các chất độc hại).
18	胸部X線	検査です。X線で胸の写真を撮ります。肺炎や肺がんなどの病気や、心臓の大きさを調べます。	X quang ngực	Xét nghiệm. Chụp X-quang ngực. Khám các bệnh về phổi như viêm phổi hay ung thư phổi v.v., và độ lớn của tim.
19	心電図	検査です。心臓から出る電気を記録します。不整脈や心臓の血管が詰まる病気(狭心症・心筋梗塞)を見つめます。	Điện tâm đồ	Xét nghiệm. Ghi lại dòng điện đi ra từ tim. Tìm rối loạn nhịp tim và các bệnh gây tắc nghẽn mạch máu trong tim (đau thắt ngực, nhồi máu cơ tim).
20	内科診察	内科の医師が身体の調子を質問します。また、身体を調べます(視診・触診・聴診・打診があります)。	Khám nội khoa	Bác sĩ nội khoa hỏi về tình trạng thể chất. Bên cạnh đó, kiểm tra cơ thể (có khám bằng mắt, khám nghe, khám sờ, khám gõ).
21	診察	医師が患者に質問をします。また、身体を調べます。患者の病気の状態を判断するためです。	Khám	Bác sĩ hỏi bệnh nhân Bên cạnh đó kiểm tra cơ thể. Để xác định tình trạng bệnh của bệnh nhân.
22	身長	背の高さ。	Chiều cao	Chiều cao.
23	体重	身体の重さ。	Cân nặng	Trong lượng của cơ thể.
24	標準体重	あなたの身長や年齢から考えて一番いい体重。この重さだと、もっとも病気になるにくいです。	Cân nặng tiêu chuẩn	Cân nặng tốt nhất khi xét đến chiều cao hay tuổi của bạn. Với cân nặng này thì khó mắc bệnh nhất.
25	肥満度	身体中の脂肪の割合。BMI (体重(kg)÷身長×身長)の数値を使います。この数値が高いと肥満です。肥満度は1度~4度に分けることもあります。肥満は、心臓や脳に異常が出やすいです。	Mức độ béo phì	Tỷ lệ mỡ trong cơ thể. Sử dụng giá trị của BMI ([cân nặng (kg)] ÷ [chiều cao x chiều cao]). Nếu con số này cao thì béo phì. Mức độ béo phì có thể được chia thành 1 đến 4 độ. Béo phì dễ dẫn đến những bất thường ở tim hay não.
26	腹囲	お腹の周りの長さ(おへその高さ)。	Vòng bụng	Chiều dài quanh bụng (ngang rốn).
27	BMI	[体重(kg)]÷[身長×身長]。肥満度を測ります。	BMI	[Cân nặng (kg)] ÷ [Chiều cao x Chiều cao]。Đo mức độ béo phì.
28	尿蛋白	おしっこの中のタンパク。マイナスが正常です。プラスは腎臓に異常があります。	Tiểu đạm	Protein trong nước tiểu. Dấu trừ là bình thường. Dấu cộng là có bất thường ở thận.
29	尿潜血	おしっこの中の血(原潜血は目に見えませんが、見えるものは血尿といえます)。マイナスが正常です。プラスは腎臓や尿道に病気がある可能性があります。	Máu ẩn trong nước tiểu	Có máu trong nước tiểu (máu ẩn trong nước tiểu không nhìn thấy được, nhìn thấy được gọi là tiểu máu)。Dấu trừ là bình thường. Dấu cộng có thể bị bệnh về thận hay niệu đạo.
30	ウロビリノーゲン	肝臓や胆のうなどの異常がわかります。プラスは肝臓障害や大量の溶血(赤血球が血管内で破壊される)の可能性がわかります。マイナスは胆管が詰まっているなどの可能性があります。	Urobilinogen	Có thể thấy các bất thường như gan hay túi mật v.v. Dấu cộng là có thể bị tổn thương gan hay lượng lớn huyết tán (hồng cầu bị phá hủy trong mạch máu). Điểm trừ có thể do ống mật bị tắc v.v.
31	ビリルビン	老化した赤血球が壊れてできます。高いと肝炎や胆道の閉塞などの可能性があります。	Bilirubin	Màu đỏ già bị hỏng. Nếu cao thì có khả năng bị viêm gan hay tắc nghẽn đường mật.
32	ケトン体	栄養が十分に取れないとき、おしっこの中に出るもの。プラスは長期絶食や糖尿病、脱水症などの可能性があります。	Thể ketone	Những gì đi tiểu ra khi không được cung cấp đủ dinh dưỡng. Dấu cộng có thể là tuyệt thực trong thời gian dài hay tiểu đường, mất nước v.v.
33	比重	おしっこの中に溶けている物質の割合。尿比重が高すぎたり低すぎると、病気の可能性があります。	Tỷ trọng	Tỷ lệ phần trăm các chất hòa tan trong nước tiểu. Nếu trọng lượng riêng của nước tiểu quá cao hoặc quá thấp, thì có thể bị bệnh.
34	中性脂肪	脂肪の一つ。高いと体にたまって肥満や動脈硬化、脂肪肝を起こす可能性があります。低すぎるのも病気が原因の可能性がります。	Chất béo trung tính	Một trong những chất béo. Nếu cao nó có thể tích tụ trong cơ thể và gây béo phì hay xơ cứng động mạch, gan nhiễm mỡ. Quá thấp cũng có thể là do bệnh tật.
35	HDLコレステロール	善玉コレステロールとも言います。血の中の余分な脂質を取り除いて肝臓に運ぶ作用があります。低いと動脈硬化が進む可能性があります。	Lipoprotein mật độ cao	Còn được gọi là cholesterol tốt. Có tác dụng loại bỏ lipid dư thừa trong máu và vận chuyển chúng đến gan. Nếu thấp có thể xơ cứng động mạch tiến triển.
36	LDLコレステロール	悪玉コレステロールとも言います。善玉コレステロールの邪魔をします。高いと血管の壁に貯まって動脈硬化になり、脳梗塞や心筋梗塞になる可能性があります。	Lipoprotein mật độ thấp	Còn được gọi là cholesterol xấu. Gây trở ngại cho cholesterol tốt. Nếu cao thì sẽ tích tụ trên thành mạch máu và gây xơ cứng động mạch, có thể dẫn đến nhồi máu não hay nhồi máu cơ tim.
37	血糖	血の中の糖の濃さ。高いと糖尿病などの可能性があります。	Đường huyết	Nồng độ đường trong máu. Nếu cao thì có thể bị mắc bệnh tiểu đường v.v.
38	HbA1c (JDS)	過去1~2ヶ月の血糖の平均値。高いと糖尿病などの可能性があります。	HbA1c (JDS)	Đường huyết trung bình trong 1-2 tháng qua. Nếu cao thì có thể bị mắc bệnh tiểu đường v.v.
39	尿糖	おしっこの中に含まれる糖のこと。マイナスが正常です。高いと糖尿病の可能性がります。	Tiểu đường	Đường có trong nước tiểu. Dấu trừ là bình thường. Nếu cao thì có thể bị mắc bệnh tiểu đường.
40	クレアチニン	高いと腎臓の働きに問題がある可能性があります。	Creatinin	Nếu cao có thể có vấn đề với hoạt động của thận.
41	血清アマラーゼ	消化を助けるタンパク質。高いと膵臓や肝臓の病気などの可能性があります。	Amylase huyết thanh	Protein hỗ trợ tiêu hóa. Nếu cao thì có thể bị bệnh gan hay tuyến tụy v.v.
42	尿酸	高いと痛風という病気になります。	Acid uric	Nếu cao sẽ mắc một căn bệnh gọi là bệnh gút.
43	赤血球数	赤血球の数。赤血球は肺で受け取った酸素を身体に運びます。	Số hồng cầu	Số lượng của hồng cầu. Hồng cầu vận chuyển oxy nhân được trong phổi đến cơ thể.
44	Hb (ヘモグロビン; 血色素量)	低いと血液が少ない(作られていない/減った)可能性があります。	Hb (hemoglobin; lượng huyết sắc tố)	Nếu thấp có thể bị ít máu (không được tạo ra/giảm đi).
45	白血球数	白血球の数。白血球は感染症の時に、外部から侵入してきた病原体と戦います。高いと感染症の可能性がります。	Số bạch cầu	Số lượng của bạch cầu. Khi bị truyền nhiễm, bạch cầu chống lại các mầm bệnh xâm nhập từ bên ngoài. Nếu cao thì có thể bị truyền nhiễm.
46	ヘマトクリット	血液中の赤血球が占める容積比率。脱水の時に高くなったり、出血や産生不足による貧血で低くなったりします。	Hematocrit	Tỷ lệ dung tích của hồng cầu trong máu. Có thể cao khi mất nước, hoặc thấp do thiếu máu vì chảy máu hay tạo ra không đủ.
47	血小板数	骨髄内で作られるもの。これは血管が壊れて出血したところを補修します。多すぎたり少なすぎたり異常です。	Số tiểu cầu	Thứ được tạo ra trong tủy xương. Đây là sửa chữa nơi các mạch máu bị rách và chảy máu. Nếu có quá nhiều hoặc quá ít thì bất thường.
48	MCV, MCH, MCHC	赤血球の大きさやヘモグロビンの量を示す数値。これらの数値の組み合わせ(どの値が大きいか小さいか)によって、貧血の種類を推測します。	MCV, MCH, MCHC	Số cho biết kích thước của hồng cầu hay số lượng hemoglobin. Sự kết hợp của những con số này (số nào là lớn hay bé) suy ra loại thiếu máu.
49	GOT (AST)	高いと肝臓が悪い可能性があります。また、心筋梗塞が起きたときにも高くなる可能性があります。	GOT (AST)	Nếu cao thì có thể gan xấu. Bên cạnh đó cũng có thể cao khi xảy ra nhồi máu cơ tim.
50	GPT (ALT)	高いと肝臓が悪い可能性があります。	GPT (ALT)	Nếu cao thì có thể gan xấu.
51	ALP	高いと骨の病気や、胆道系の病気の可能性があります。	ALP	Nếu cao thì có khả năng mắc bệnh về xương hay bệnh về đường mật.
52	γ-GTP	高いと肝臓や胆道系の病気の可能性があります。	γ-GTP	Nếu cao thì có khả năng mắc bệnh về gan hay đường mật.
53	総ビリルビン	高いと肝臓や胆道系などの病気の可能性があります。	Bilirubin toàn phần	Nếu cao thì có khả năng mắc bệnh về gan hay đường mật v.v.
54	メタボリックシンドローム	病気になるやすい状態です。内臓に脂肪がたまり肥満になり、糖尿病や高血圧など様々な病気が起きやすいです。	Hội chứng chuyển hóa	Tình trạng dễ bị bệnh. Chất béo tích tụ trong các cơ quan nội tạng và trở thành béo phì, dễ xảy ra nhiều bệnh khác nhau như tiểu đường hay huyết áp cao v.v.

よく使う用語集 (インドネシア語)

通番	用語	やさしい日本語での解説	用語 (翻訳)	やさしい日本語での解説 (翻訳)
1	健康診断	健康であるか？病気がないか？調べます。	pemeriksaan kesehatan	Observasi untuk mengetahui apakah Anda sehat atau sakit.
2	総合判定	身体のいろいろなところを調べます。「異常なし」は大丈夫です。「許容範囲」「要注意・要 (経過) 観察」「要再検査」「要治療・要医療」「治療継続 (または治療中)」「要精密検査」は問題があります (問題の大きさは違います)。	Penilaian keseluruhan	Observasi terhadap berbagai bagian tubuh. Keterangan "Tidak ada yang abnormal" menunjukkan tidak ada masalah. Keterangan "Batas toleransi yang diizinkan", "Perlu diperhatikan / perlu dilakukan pengamatan lebih lanjut (perkembangannya)", "Perlu dilakukan pemeriksaan ulang", "Membutuhkan perawatan lebih lanjut / membutuhkan perawatan medis", "Perawatan dilanjutkan (atau sedang dalam perawatan)", "Membutuhkan pemeriksaan terperinci" menunjukkan adanya masalah (besarnya masalah berbeda-beda).
3	異常	正常ではないです。	Abnormal	Kondisi yang tidak normal.
4	経過観察	これからの様子を見ます。	Pengamatan selanjutnya	Akan diamati perkembangan berikutnya.
5	要治療	病院に行って、治療しなければなりません。	Membutuhkan perawatan lebih lanjut	Anda perlu ke rumah sakit untuk mendapatkan perawatan.
6	要精検 (要精密検査または要精査)	病院で詳しく調べなければなりません。	Membutuhkan pemeriksaan terperinci (diperlukan pemeriksaan yang lebih rinci)	Anda perlu melakukan observasi lebih detail di rumah sakit.
7	身体計測	身長、体重、体脂肪率などを測ります。	Pengukuran badan	Mengukur tinggi badan, berat badan, rasio lemak tubuh, dll.
8	視力	目でもの (の形) を見る力	Penglihatan	Kemampuan untuk melihat benda (bentuknya) dengan mata
9	聴力	耳で音を聞く力	Pendengaran	Kemampuan untuk mendengar suara dengan telinga
10	尿	おしっこ。	Urine	Air seni.
11	脂質	栄養素の一つです。身体の中でエネルギーになります。血の中のコレステロールや中性脂肪などを呼ぶときにも使います。	Lipid	Salah satu sumber nutrisi. Menjadi energi dalam tubuh. Digunakan juga untuk menyebut kolesterol, lemak netral, dsb. dalam darah.
12	糖尿病	病気の名前です。血の中にブドウ糖が普通よりたくさんあります。	Diabetes mellitus	Nama penyakit. Kondisi di mana terdapat glukosa dalam darah yang lebih banyak dari biasanya.
13	腎機能	腎臓の働き (おしっこを作ります)。	Fungsi ginjal	Kerja ginjal (menghasilkan air seni).
14	膵臓機能	膵臓の働き (消化液とホルモンを分泌します)。	Fungsi pankreas	Kerja pankreas (menskresikan cairan pencernaan dan hormon).
15	痛風	病気の名前です。尿酸が小さなたまりになります。そして、関節が痛くなります。	Penyakit asam urat	Nama penyakit. Asam urat mengeras menjadi bongkahan kecil, sehingga persendian terasa sakit.
16	血液	血。体の中をまわっている赤い液体。酸素や栄養、不要な物質を運びます。	Darah	Darah. Cairan merah yang mengalir tubuh. Berfungsi mengangkut oksigen, nutrisi atau zat yang tidak dibutuhkan.
17	肝機能	腎臓の働き (栄養の貯めます / 有害物質を解毒します)。	Fungsi hati	Fungsi hati (menyimpan nutrisi / mendetoksifikasi zat berbahaya).
18	胸部x線	検査です。x線で胸の写真を撮ります。肺炎や肺がんなど肺の病気や、心臓の大きさを調べます。	Rontgen dada	Pemeriksaan. Mengambil foto dada dengan sinar X. Dilakukan untuk mengobservasi penyakit paru-paru seperti pneumonia, kanker paru-paru, dsb., atau ukuran jantung.
19	心電図	検査です。心臓から出る電気を記録します。不整脈や心臓の血管が詰まる病気 (狭心症・心筋梗塞) を見つけます。	Elektro-kardiogram	Pemeriksaan. Merekam listrik yang keluar dari jantung. Dapat menemukan aritmia atau penyakit yang menyumbat pembuluh darah di jantung (angina dan infark miokard).
20	内科診察	内科の医師が身体の調子を質問します。また、身体を調べます (視診・触診・聴診・打診があります)。	Pemeriksaan penyakit dalam	Dokter penyakit dalam akan bertanya tentang kondisi fisik Anda, dan akan melakukan observasi pada tubuh Anda (inspeksi, palpasi, auskultasi, dan perkusi).
21	診察	医師が患者に質問をします。また、身体を調べます。患者の病気の状態を判断するためです。	Pemeriksaan	Dokter akan mengajukan pertanyaan kepada pasien, dan juga akan melakukan observasi pada tubuh untuk memutuskan kondisi penyakit yang dialami pasien.
22	身長	背の高さ。	Tinggi badan	Tinggi badan Anda.
23	体重	身体の重さ。	Berat badan	Berat badan Anda.
24	標準体重	あなたの身長や年齢から考えて一番いい体重。この重さだと、もっとも病気になるにくいです。	Berat berat standar	Berat badan ideal dengan mempertimbangkan tinggi badan dan usia Anda. Dengan berat badan ini, kemungkinan Anda untuk terkena penyakit menjadi sangat kecil.
25	肥満度	身体の脂肪の割合。BMI ((体重(kg))÷[身長×身長]) の数値を使います。この数値が高いと肥満です。肥満度は1度～4度に分けることもあります。肥満は、心臓や脳に異常が出やすいです。	Derajat obesitas	Persentase lemak tubuh. Dihitung menggunakan nilai IMT ((berat badan (kg)) / (tinggi badan x tinggi badan)). Jika angka ini tinggi, Anda mengalami obesitas. Derajat obesitas dapat dibagi menjadi derajat 1 sampai 4. Obesitas rentan terhadap kelainan pada jantung atau otak.
26	腹囲	お腹の周りの長さ (おへその高さ)。	Lingkar pinggang	Panjang sekeliling perut (tinggi pusar).
27	BMI	(体重(kg))÷[身長×身長]。肥満度を測ります。	IMT	[Berat badan (kg)] / ([Tinggi badan x Tinggi badan]). Mengukur derajat obesitas.
28	尿蛋白	おしっこの中のタンパク。マイナスが正常です。プラスは腎臓に異常があります。	Protein urine	Protein dalam air seni. Minus menunjukkan kondisi yang normal. Plus menunjukkan adanya kelainan pada ginjal.
29	尿潜血	おしっこの中の血 (尿潜血は目に見えませんが、見えるものは血尿といえます)。マイナスが正常です。プラスは腎臓や尿道に病気がある可能性があります。	Darah samar dalam urine	Darah dalam air seni (darah samar dalam urine tidak terlihat, dan yang terlihat disebut hematuria). Minus menunjukkan kondisi yang normal. Plus menunjukkan kemungkinan adanya penyakit pada ginjal atau uretra.
30	ウロビリノーゲン	肝臓や胆のうなどの異常がわかります。プラスは肝臓障害や大量の溶血 (赤血球が血管内で破壊される) の可能性があります。マイナスは胆管が詰まっているなどの可能性があります。	Urobilinogen	Bisa mengetahui adanya kelainan hati, kantong empedu, dsb. Plus menunjukkan kemungkinan adanya kerusakan hati atau hemolisis (sel darah merah dihancurkan di pembuluh darah) dalam jumlah besar. Minus menunjukkan kemungkinan adanya saluran empedu yang tersumbat, dsb.
31	ビリルビン	老化した赤血球が壊れてできます。高いと肝炎や胆道の閉塞などの可能性があります。	Bilirubin	Senyawa yang terbentuk dari sel darah merah yang menua dan rusak. Jika tinggi, ada kemungkinan terkena hepatitis, obstruksi saluran empedu, dsb.
32	ケトン体	栄養が十分に取れないとき、おしっこの中に出るもの。プラスは長期絶食や糖尿病、脱水症などの可能性があります。	Badan keton	Senyawa yang terdapat di air seni ketika Anda tidak mendapatkan nutrisi yang cukup. Plus menunjukkan kemungkinan adanya puasa jangka panjang, diabetes mellitus, dehidrasi, dsb.
33	比重	おしっこの中に溶けている物質の割合。原比重が高すぎたり低すぎると、病気の可能性があります。	Berat jenis	Persentase zat terlarut dalam air seni. Jika berat jenis urine terlalu tinggi atau terlalu rendah, ada kemungkinan Anda terkena penyakit.
34	中性脂肪	脂肪の一つ。高いと体にたまって肥満や動脈硬化、脂肪肝を起こす可能性があります。低すぎるのも病気が原因の可能性があります。	Lemak netral	Salah satu jenis lemak. Jika tinggi, akan menumpuk di dalam tubuh dan bisa menyebabkan obesitas, arteriosklerosis, atau perlemakan hati. Tetapi adanya penyakit juga bisa menyebabkan angkanya menjadi terlalu rendah.
35	HDLコレステロール	善玉コレステロールとも言います。血の中の余分な脂質を取り除いて肝臓に運ぶ作用があります。低いと動脈硬化が進む可能性があります。	Kolesterol HDL	Disebut juga sebagai kolesterol baik. Berfungsi untuk menghilangkan kelebihan lipid dari darah dan mengangkut ke hati. Jika rendah, bisa mendorong terjadinya arteriosklerosis.
36	LDLコレステロール	悪玉コレステロールとも言います。善玉コレステロールの邪魔をします。高いと血管の壁に貯まって動脈硬化になり、脳梗塞や心筋梗塞になる可能性があります。	Kolesterol LDL	Disebut juga sebagai kolesterol jahat, yang akan mengganggu kolesterol baik. Jika tinggi, akan terakumulasi di dinding pembuluh darah dan terjadi arteriosklerosis, yang dapat menyebabkan infark serebral atau infark miokard.
37	血糖	血の中の糖の濃さ。高いと糖尿病などの可能性があります。	Gula darah	Konsentrasi gula dalam darah. Jika tinggi, ada kemungkinan terkena diabetes mellitus, dsb.
38	HbA1c (JDS)	過去1～2ヶ月の血糖の平均値。高いと糖尿病などの可能性があります。	HbA1c (JDS)	Nilai rata-rata gula darah selama 1 sampai 2 bulan terakhir. Jika tinggi, ada kemungkinan terkena diabetes mellitus, dsb.
39	原糖	おしっこの中に含まれる糖のこと。マイナスが正常です。高いと糖尿病の可能性があります。	Gula dalam urine	Gula yang terkandung dalam air seni. Minus menunjukkan kondisi yang normal. Jika tinggi, ada kemungkinan terkena diabetes mellitus.
40	クレアチニン	高いと腎臓の働きに問題がある可能性があります。	Kreatinin	Jika tinggi, kemungkinan ada masalah dengan kerja ginjal.
41	血清アミラーゼ	消化を助けるタンパク質。高いと膵臓や肝臓の病気などの可能性があります。	Amilase serum	Protein yang membantu pencernaan. Jika tinggi, ada kemungkinan terkena penyakit pankreas, hati, dsb.
42	尿酸	高いと痛風という病気になります。	Asam urat	Jika tinggi, Anda akan terkena penyakit asam urat.
43	赤血球数	赤血球は肺で受け取った酸素を身体に運びます。	Jumlah sel darah merah	Jumlah sel darah merah. Sel darah merah mengangkut oksigen yang diterima di paru-paru ke tubuh.
44	Hb (ヘモグロビン: 血色素量)	低いと血液が少ない (作られていない / 減った) 可能性があります。	Hb (hemoglobin; jumlah pigmen darah)	Jika rendah, ada kemungkinan darahnya hanya sedikit (tidak dihasilkan / berkurang).
45	白血球数	白血球は感染症の時に、外部から侵入してきた病原体と戦います。高いと感染症の可能性があります。	Jumlah sel darah putih	Jumlah sel darah putih. Sel darah putih akan melawan patogen yang menyerang dari luar, selama terjangkiti penyakit menular. Jika tinggi, ada kemungkinan terjadi infeksi.
46	ヘマトクリット	血液中の赤血球が占める容積比率。脱水の時に高くなったり、出血や産生不足による貧血で低くなったりします。	Hematokrit	Rasio volume sel darah merah dalam darah. Bisa tinggi ketika dehidrasi, atau rendah karena anemia karena perdarahan atau kekurangan produksi.
47	血小板	骨髄内で作られるもの。これは血管が破れて出血したところを修復します。多すぎたり少なすぎたりに異常です。	Jumlah trombosit	Dibentuk di dalam sumsum tulang. Berfungsi untuk memperbaiki pembuluh darah yang robek dan berdarah. Dianggap abnormal jika jumlahnya terlalu banyak atau terlalu sedikit.
48	MCV, MCH, MCHC	赤血球の大きさやヘモグロビンの量を示す数値。これらの数値の組み合わせ (どの値が大きい/小さいか) によって、貧血の種類を推測します。	MCV, MCH, MCHC	Angka yang menunjukkan ukuran sel darah merah atau jumlah hemoglobin. Jenis anemia dapat diprediksi berdasarkan kombinasi angka-angka ini (tergantung angka yang mana yang lebih besar atau lebih kecil).
49	GOT (AST)	高いと肝臓が悪い可能性があります。また、心筋梗塞が起きたときにも高くなる可能性があります。	GOT (AST)	Jika tinggi, ada kemungkinan kondisi hati tidak sehat. Selain itu, terjadinya infark miokard juga bisa menyebabkan angkanya menjadi tinggi.
50	GPT (ALT)	高いと肝臓が悪い可能性があります。	GPT (ALT)	Jika tinggi, ada kemungkinan kondisi hati tidak sehat.
51	ALP	高いと骨の病気や、胆道系の病気の可能性があります。	ALP	Jika tinggi, ada kemungkinan terkena penyakit tulang atau penyakit saluran empedu.
52	γ-GTP	高いと肝臓や胆道系の病気の可能性があります。	γ-GTP	Jika tinggi, ada kemungkinan terkena penyakit hati atau saluran empedu.
53	総ビリルビン	高いと肝臓や胆道系などの病気の可能性があります。	Bilirubin total	Jika tinggi, ada kemungkinan terkena penyakit hati, saluran empedu, dsb.
54	メタボリックシンドローム	病気になりやすい状態です。内臓に脂肪がたまり肥満になり、糖尿病や高血圧など様々な病気が起きやすいです。	Sindrom metabolik	Kondisi yang rentan terkena penyakit. Lemak menumpuk di organ dalam dan menjadi obesitas, sehingga mudah terkena berbagai penyakit seperti diabetes mellitus, tekanan darah tinggi, dsb.

よく使う用語集 (タイ語)

通番	用語	やさしい日本語での解説	用語 (翻訳)	やさしい日本語での解説 (翻訳)
1	健康診断	健康であるか？病気がないか？調べます。	การตรวจสุขภาพ	การตรวจสุขภาพ หมายถึง ตรวจหาว่ามีปัญหาหรือไม่
2	総合判定	身体いろいろなところを調べます。「異常なし」は大丈夫です。「許容範囲」「要注意・経過」観察」「要再検査」「要治療・要医療」「治療継続 (または治療中)」「要精密検査」は問題があります (問題の大きさは違いますが)。	ผลการวินิจฉัยโดยรวม	จะทำการตรวจสอบส่วนต่าง ๆ ของร่างกาย หากผลเป็น "ไม่มีอะไรผิดปกติ" หมายความว่าไม่เป็นอะไร หากผลเป็น "อยู่ในเกณฑ์ที่รับได้" "ต้องระวังหรือต้อง (ติดตาม) ดูแล" "ต้องตรวจวินิจฉัยใหม่" "ต้องเข้ารับการรักษา" "รักษาต่อไป (หรืออยู่ระหว่างการรักษา)" "ต้องตรวจวินิจฉัยอย่างละเอียด" หมายความว่ายังมีปัญหา (ระดับปัญหาอาจจะแตกต่างกัน)
3	異常	正常ではありません。	ผิดปกติ	คือผิดปกติ
4	経過観察	これからの様子を見ます。	ติดตามอาการ	จากนี้ไปจะต้องเฝ้าอาการ
5	要治療	病院に行って、治療しなければなりません。	ต้องรับการรักษา	ต้องไปโรงพยาบาลและเข้ารับการรักษา
6	要精検 (要精密検査または要検査)	病院で詳しく調べなければなりません。	ต้องตรวจวินิจฉัยอย่างละเอียด	ต้องเข้าไปตรวจอย่างละเอียดที่โรงพยาบาล
7	身体計測	身長、体重、体脂肪率などを測ります。	การตรวจร่างกาย	การตรวจวัดร่างกาย
8	視力	目での (の形) を見る力	การมองเห็น (สายตา)	ความสามารถในการมอง (รับข้างมอง) สิ่งต่าง ๆ ด้วยตาเปล่า
9	聴力	耳で音を聞く力	การได้ยิน	ความสามารถในการฟังเสียงด้วยหู
10	尿	おしっこ。	ปัสสาวะ	ฉี่
11	脂質	栄養素の一つです。身体の中でエネルギーになります。血の中のコレステロールや中性脂肪などを呼ぶときにも使います。	ไขมัน	สารอาหารชนิดหนึ่ง เป็นพลังงานในร่างกาย ไม่เรียกออกเลสเตอรอล โคเลสเตอรอล ฯลฯ ในเลือด
12	糖尿病	病気の名前です。血の中にブドウ糖が普通よりたくさんあります。	โรคเบาหวาน	ชื่อโรค มีปริมาณน้ำตาลกลูโคสในเลือดมากกว่าปกติ
13	腎機能	腎臓の働き (おしっこを作ります)。	การทำงานของไต (สร้างปัสสาวะ)	การทำงานของไต (สร้างปัสสาวะ)
14	膵機能	膵臓の働き (消化液とホルモンを分泌します)。	การทำงานของตับอ่อน	การทำงานของตับอ่อน (หลังนำออกและซอร์บอน)
15	痛風	病気の名前です。尿酸が小さくなかまになります。そして、関節が痛くなります。	โรคเกาต์	ชื่อโรค โรคอุรุมกราะค่าเป็นก้อนเล็ก ๆ และเจ็บปวดตามข้อ
16	血液	血。体の中をまわっている赤い液体。酸素や栄養、不要な物質を運びます。	โลหิต	เลือด ของเหลวสีแดงที่ไหลเวียนอยู่ภายในร่างกาย ซึ่งขนส่งออกซิเจน สารอาหาร และสารที่ไม่จำเป็น
17	肝機能	肝臓の働き (栄養の貯めます / 有害物質を解毒します)。	การทำงานของตับ	การทำงานของตับ (เก็บสารอาหาร / เปลี่ยนสารที่เป็นพิษให้เป็นสารที่ไม่เป็นพิษ)
18	胸部X線	検査です。X線で胸の写真を撮ります。肺炎や肺がんなど肺の病気や、心臓の大きさを調べます。	การถ่ายภาพรังสีทรวงอก (การเอกซเรย์อก)	การตรวจร่างกาย ถ่ายรูปที่บริเวณทรวงอกด้วยรังสีเอกซ์ ตรวจโรคปอด เช่น ปอดอักเสบ (ปอดบวม) และมะเร็งในปอด และตรวจขนาดของหัวใจ
19	心電図	検査です。心臓から出る電気を記録します。不整脈や心臓の血管が詰まる病気 (狭心症・心筋梗塞) を見つけます。	การตรวจคลื่นไฟฟ้าหัวใจ	การตรวจร่างกาย บันทึกคลื่นไฟฟ้าที่ออกมาจากหัวใจ ตรวจหาภาวะหัวใจเต้นผิดจังหวะ และโรคหลอดเลือดหัวใจอุดตัน (ภาวะเจ็บแน่นหน้าอกและกล้ามเนื้อหัวใจตาย)
20	内科診察	内科の医師が身体を調子を質問します。また、身体を調べます (視診・触診・聴診・打診があります)。	การตรวจร่างกายโดยอายุรแพทย์	การตรวจร่างกาย สอบถามเกี่ยวกับสภาพร่างกาย และการตรวจร่างกาย (มีทั้งตรวจด้วยการ สัมผัส ฟัง และเคาะ)
21	診察	医師が患者に質問をします。また、身体を調べます。患者の病気の状態を判断するためです。	การตรวจโรค	แพทย์จะทำการสอบถามผู้ป่วย และทำการตรวจร่างกาย เพื่อวินิจฉัยสถานการณ์ของโรคของผู้ป่วย
22	身長	背の高さ。	ส่วนสูง	ความสูงของร่างกาย
23	体重	身体の重さ。	น้ำหนัก	ความหนักของร่างกาย
24	標準体重	あなたの身長や年齢から考えて一番いい体重。この重さだと、もっとも病気になるにくいです。	น้ำหนักมาตรฐาน	น้ำหนักที่ดีที่สุดโดยพิจารณาจากส่วนสูงและอายุของคุณ หากมีน้ำหนักเท่านี้ ก็จะเป็นโรคได้น้อยที่สุด
25	肥満度	身体の脂肪の割合。BMI (体重(kg)÷[身長×身長]) の数値を使います。この数値が高いと肥満です。肥満度は1度～4度に分けることもあります。肥満は、心臓や脳に異常が出やすいです。	ระดับความอ้วน	สัดส่วนของไขมันในร่างกาย ใช้คำนวณ BMI ([น้ำหนัก(kg)] ÷ [ส่วนสูง × ส่วนสูง]) หากค่าที่สูงกว่าความอ้วน ระดับความอ้วนอาจสูงเกินไประดับที่ 1 ถึง ระดับที่ 4 ความอ้วนจะทำให้เกิดความผิดปกติที่หัวใจและสมองได้ง่าย
26	腹囲	お腹の周りの長さ (おへその高さ)。	รอบเอว	ความยาวของรอบเอว (ความสูงของสะดือ)
27	BMI	(体重(kg)÷[身長×身長])。肥満度を測ります。	ค่าดัชนีมวลกาย	[น้ำหนัก (kg)] ÷ [ส่วนสูง × ส่วนสูง] ใช้วัดระดับความอ้วน
28	尿蛋白	おしっこの中のタンパク。マイナスが正常です。プラスは腎臓に異常があります。	โปรตีนในปัสสาวะ	โปรตีนที่อยู่ในปัสสาวะ หากเป็นลบหมายถึงปกติ หากเป็นบวกหมายถึงมีความผิดปกติที่ไต
29	尿潜血	おしっこの中の血 (尿潜血は目に見えませんが、見えるものは血尿といえます)。マイナスが正常です。プラスは腎臓や尿道に病気がある可能性があります。	เลือดในปัสสาวะ	เลือดที่อยู่ในปัสสาวะ (เลือดในปัสสาวะของ urine ไปด้วยแล้วแต่ค่าปัสสาวะจะเรียกว่าปัสสาวะเป็นเลือด) หากเป็นลบหมายถึงปกติ หากเป็นบวก อาจเป็นโรคที่สัมพันธ์กับปัสสาวะ
30	ウロビリノーゲン	肝臓や胆のうなどの異常がわかります。プラスは肝臓障害や大量の溶血 (赤血球が血管内で破壊される) の可能性があります。マイナスは胆管が詰まっているなどの可能性があります。	ยูโรบิลินเจน (UBG)	ตรวจหาความผิดปกติ เช่น ที่บริเวณต้นท่อน้ำดี หากเป็นบวก อาจเกิดจากตับหรือถุงน้ำดี หรือเกิดภาวะเม็ดเลือดแดงแตกเป็นจำนวนมาก (เม็ดเลือดแดงถูกทำลายในหลอดเลือด) หากเป็นลบ หมายความว่าปกติ
31	ビリルビン	老化した赤血球が壊れてできます。高いと肝炎や胆道の閉塞などの可能性があります。	บิลิรูบิน (BIL)	เกิดจากการที่เม็ดเลือดแดงที่เสื่อมสภาพเกิดการแตก หากมีค่าสูง อาจจะเป็นโรค เช่น ตับอักเสบ หรือระบบทางเดินน้ำดีอุดตัน
32	ケトン体	栄養が十分に取れないとき、おしっこの中に出るもの。プラスは長期絶食や糖尿病、脱水症などの可能性があります。	คีโตนบอดีส์	สิ่งที่ย่อยในปัสสาวะเมื่อได้รับสารอาหารไม่เพียงพอ หากเป็นบวก อาจเกิดจากการอดอาหารเป็นระยะเวลานาน หรือเป็นโรค เช่น เบาหวานหรือภาวะขาดน้ำได้
33	比重	おしっこの中に溶けている物質の割合。尿比重が高すぎたり低すぎると、病気の可能性があります。	ค่าความถ่วงจำเพาะ	สัดส่วนของสารที่ละลายอยู่ในปัสสาวะ หากค่าความถ่วงจำเพาะในปัสสาวะสูงหรือต่ำเกินไป อาจเป็นโรคได้
34	中性脂肪	脂肪の一つ。高いと体にたまって肥満や動脈硬化、脂肪肝を起こす可能性があります。低すぎるのも病気が原因の可能性があります。	ไตรกลีเซอไรด์	ไขมันชนิดหนึ่ง หากมีค่าสูง จะสะสมอยู่ในร่างกาย และอาจทำให้เกิดภาวะอ้วน หลอดเลือดแดงแข็งตัว และไขมันพอกตับได้ หากมีค่าต่ำเกินไป ก็อาจเป็นสาเหตุทำให้เกิดโรคได้
35	HDLコレステロール	善玉コレステロールとも言います。血中の余分な脂質を取り除いて肝臓に運ぶ作用があります。低いと動脈硬化が進む可能性があります。	คอเลสเตอรอล HDL	เรียกอีกอย่างหนึ่งว่าไขมันดี ทำหน้าที่กำจัดไขมันส่วนที่ไม่จำเป็นในเลือดออกแล้วขนส่งไปยังตับ หากมีค่าต่ำ อาจทำให้เกิดภาวะหลอดเลือดแดงแข็งตัวได้
36	LDLコレステロール	悪玉コレステロールとも言います。善玉コレステロールの邪魔をします。高いと血管の壁に貯まって動脈硬化になり、脳梗塞や心筋梗塞になる可能性があります。	คอเลสเตอรอล LDL	เรียกอีกอย่างหนึ่งว่าไขมันที่ไม่ดี จะขัดขวางการทำงานของไขมันดี หากมีค่าสูง จะสะสมอยู่ที่ผนังหลอดเลือดทำให้หลอดเลือดแดงแข็งตัว และอาจเป็นโรคหลอดเลือดสมองหรือกล้ามเนื้อหัวใจตายได้
37	血糖	血の中の糖の濃さ。高いと糖尿病などの可能性があります。	น้ำตาลในเลือด	ความเข้มข้นของน้ำตาลในเลือด หากมีค่าสูง อาจจะเป็นโรคต่าง ๆ เช่น โรคเบาหวานได้
38	HbA1c (JDS)	過去1～2ヶ月の血糖の平均値。高いと糖尿病などの可能性があります。	HbA1c (JDS)	ค่าเฉลี่ยของน้ำตาลในเลือดในช่วง 1 - 2 เดือนที่ผ่านมา หากมีค่าสูง อาจจะเป็นโรคต่าง ๆ เช่น โรคเบาหวานได้
39	尿糖	おしっこの中に含まれる糖のこと。マイナスが正常です。高いと糖尿病の可能性があります。	น้ำตาลในปัสสาวะ	น้ำตาลที่ผสมอยู่ในปัสสาวะ หากเป็นลบหมายถึงปกติ หากมีค่าสูง อาจจะเป็นโรคเบาหวานได้
40	クレアチニン	高いと腎臓の働きに問題がある可能性があります。	ครีเอตินีน (Creatinine)	หากมีค่าสูง มีโอกาสที่การทำงานของไตจะมีปัญหา
41	血清アミラーゼ	消化を助けるタンパク質。高いと膵臓や肝臓の病気などの可能性があります。	ระดับอะไมเลสในเลือด	โปรตีนที่ช่วยในการย่อย หากมีค่าสูง อาจเป็นโรคต่าง ๆ เช่น โรคตับอ่อน หรือโรคตับได้
42	尿酸	高いと痛風という病気になる。	กรดซึริก	หากมีค่าสูง อาจเป็นโรคที่เรียกว่าโรคเกาต์ได้
43	赤血球数	赤血球の数。赤血球は肺で受け取った酸素を身体に運びます。	ปริมาณเม็ดเลือดแดง	ปริมาณของเม็ดเลือดแดง เม็ดเลือดแดงขนส่งออกซิเจนที่ได้รับจากปอดไปยังร่างกาย
44	Hb (ヘモグロビン；血色素量)	低いと血液が少ない (作られていない/減った) 可能性があります。	Hb (ฮีโมโกลบิน；ปริมาณสารสีแดงในเม็ดเลือดแดง)	หากมีค่าต่ำ อาจจะมีเลือดออก (สร้างเลือดไม่ได้ / ลดลง)
45	白血球数	白血球の数。白血球は感染症の時に、外部から侵入してきた病原体と戦います。高いと感染症の可能性があります。	ปริมาณเม็ดเลือดขาว	ปริมาณของเม็ดเลือดขาว เม็ดเลือดขาวจะต่อสู้กับเชื้อโรคที่แทรกเข้ามาจากภายนอกเมื่อมีโรคติดเชื้อ หากมีค่าสูง อาจจะเป็นโรคติดเชื้อได้
46	ヘマトクリット	血液中の赤血球が占める容積比率。脱水の時に高くなったり、出血や産生不足による貧血で低くなったりします。	ฮีมาโตคริต	สัดส่วนปริมาณเม็ดเลือดแดงที่อยู่ในเลือด เมื่ออยู่ในภาวะขาดน้ำจะมีค่าสูง และเมื่อเกิดภาวะโลหิตจางเนื่องจากเลือดออกหรือผลิตเลือดไม่เพียงพอ ค่าจะต่ำลง
47	血小板数	骨髄内で作られるもの。これは血管が破れて出血したところを補修します。多すぎたり少なすぎたり異常です。	ปริมาณเกล็ดเลือด	สิ่งที่ถูกสร้างขึ้นในไขกระดูก ช่วยซ่อมแซมหลอดเลือดที่แตกและเลือดไหลออกมา หากมีมากหรือมีน้อยเกินไปจะผิดปกติ
48	MCV, MCH, MCHC	赤血球の大きさやヘモグロビンの量を示す数値。これらの数値の組み合わせ (どの値が大きいか小さいか) によって、貧血の種類を推測します。	MCV, MCH, MCHC	ค่าที่แสดงขนาดของเม็ดเลือดแดงและปริมาณของฮีโมโกลบิน จะสามารถคาดเดาประเภทของโลหิตจางได้จากการศึกษาความสัมพันธ์ประกอบเข้าด้วยกัน (ค่าใดมากกว่าโดยรอบ)
49	GOT (AST)	高いと肝臓が悪い可能性があります。また、心筋梗塞が起きたときにも高くなる可能性があります。	GOT (AST)	หากมีค่าสูง ต้นอาจจะไม่ดีได้ และมีโอกาสภาวะกล้ามเนื้อหัวใจตายได้
50	GPT (ALT)	高いと肝臓が悪い可能性があります。	GPT (ALT)	หากมีค่าสูง ต้นอาจจะไม่ดีได้
51	ALP	高いと骨の病気や、胆道系の病気の可能性があります。	ALP	หากมีค่าสูง อาจจะเป็นโรคกระดูก หรือโรคเกี่ยวกับระบบทางเดินน้ำดีได้
52	γ-GTP	高いと肝臓や胆道系の病気の可能性があります。	γ-GTP	หากมีค่าสูง อาจจะเป็นโรคเกี่ยวกับตับ หรือระบบทางเดินน้ำดีได้
53	総ビリルビン	高いと肝臓や胆道系などの病気の可能性があります。	ค่าบิลิรูบินทั้งหมด	หากมีค่าสูง อาจจะเป็นโรค เช่น โรคเกี่ยวกับตับ หรือระบบทางเดินน้ำดีได้
54	メタボリックシンドローム	病気になりやすい状態です。内臓に脂肪がたまり肥満になり、糖尿病や高血圧など様々な病気が起きやすいです。	ภาวะอ้วนลงพุงหรือภาวะเมแทบอลิซึมผิดปกติ	ภาวะที่เป็นโรคได้ง่าย มีไขมันสะสมอยู่ในบริเวณภายในจนอ้วน ทำให้เป็นโรคต่างๆ เช่น โรคเบาหวาน และโรคความดันสูงได้ง่าย

よく使う用語集 (フィリピン語)

通番	用語	やさしい日本語での解説	用語 (翻訳)	やさしい日本語での解説 (翻訳)
1	健康診断	健康であるか？病気がないか？調べます。	Health check-up	Sisiyasatin kung malusog ba? wala bang sakit?
2	総合判定	身体のいろいろなところを調べます。「異常なし」は大丈夫です。「許容範囲」「要注意・要（経過）観察」「要再検査」「要治療・要医療」「治療継続（または治療中）」「要精密検査」は問題があります(問題の大きさは遠いがあります)。	Pangkalahatang resulta	Sisiyasatin ang iba't ibang bahagi ng katawan. Okey ang "Walang abnormality". May problema (may pagkakaiba sa laki ng problema) ang "Antas na maaaring tanggapin", "Kalangang bantayan/kalangang subaybayan (ang progreso)", "Kalangang muling pagsusuri", "Kalangang pagpapagamot/kalangang ng medikal na paggamot", "Pagapatuloy ng pagpapagamot (o kasalukuyang nagpapagamot)" o "Kalangang ng detalyadong pagsusuri".
3	異常	正常ではないです。	Abnormality	Hindi normal.
4	経過観察	これからの様子を見ます。	Pagsubaybay sa progreso	Titingnan ang kalagayan mula ngayon.
5	要治療	病院に行って、治療しなければなりません。	Kailangan ng pagpapagamot	Kailangang pumunta sa ospital at magpapagamot.
6	要精検 (要精密検査または要精査)	病院で詳しく調べなければなりません。	Kailangan ng masusing pagsusuri (kailangan ng detalyadong pagsusuri o kalangang ng masusing pagsusuri)	Kailangang siyasatin nang puspusan sa ospital.
7	身体計測	身長、体重、体脂肪率などを測ります。	Sukat ng katawan	Susukat ang tangkad, timbang, porsiyento ng fats sa katawan at iba pa.
8	視力	目での (の形) を見る力	Paninig	Kakayahang makakita ng (hugis ng) bagay sa mata
9	聴力	耳で音を聞く力	Pandinig	Kakayahang makarinig ng tunog sa tainga
10	尿	おしっこ。	Ihi	Wwi
11	脂質	栄養素の一つです。身体の中でエネルギーになります。血の中のコレステロールや中性脂肪などを呼ぶときにも使います。	Lipids	Isa itong nutrient. Nagiging enerhiya ito sa loob ng katawan. Ginagamit din itong pantawag sa cholesterol, neutral fats at iba pa sa dugo.
12	糖尿病	病気の名前で。血の中にブドウ糖が普通よりたくさんあります。	Diabetes	Pangalan ito ng sakit. Mas maraming glucose sa dugo kaysa sa karanawan.
13	腎機能	腎臓の働き (おしっこを作ります)。	Function ng kidney	Tungkulin ng kidney (gumawa ng wwi)
14	膵機能	膵臓の働き (消化液とホルモンを分泌します)。	Function ng pancreas	Tungkulin ng pancreas (maglabas ng digestive juices at hormones)
15	痛風	病気の名前で。尿酸が小さなかたまりになります。そして、関節が痛くなります。	Gout	Pangalan ito ng sakit. Nagiging malit na masa ang uric acid, at sasakit ang mga kasukasan.
16	血液	血。体の中をまわっている赤い液体。酸素や栄養、不要な物質を運びます。	Blood	Dugo. Pulong likidong umiikot sa loob ng katawan. Dinadala nito ang oxygen, nutrisyon at di-kalangang substance.
17	肝機能	肝臓の働き (栄養の貯めまづ有害物質を解毒します)。	Function ng liver	Tungkulin ng liver (mag-ipon ng nutrisyon/alsan ng toxin ang nakapinsalang substance)
18	胸部X線	検査です。X線で胸の写真を撮ります。肺炎や肺がんなど肺の病気や、心臓の大きさを調べます。	X-ray ng dibdib	Pagsusuri ito. Kukuha ng litrato ng dibdib sa X-ray. Sisiyasatin ang sakit sa baga tulad ng pulmonya, kanser sa baga at iba pa, at ang laki ng puso.
19	心電図	検査です。心臓から出る電気を記録します。不整脈や心臓の血管が詰まる病気 (狭心症・心筋梗塞) を見つめます。	Electrocardiogram	Pagsusuri ito. Itatala ang kuryenteng nagmumula sa puso. Makikita ang arrhythmia at sakit kung saan nababarahan ang blood vessels (angina, myocardial infarction o atake sa puso).
20	内科診察	内科の医師が身体の調子を質問します。また、身体を調べます (視診・触診・聴診・打診があります)	Medikal na pagsusuri sa internal medicine	Magtatanong ang doktor ng internal medicine tungkol sa kalagayan ng katawan. Sisiyasatin din ang katawan (mayroong eksaminasyon sa pamamagitan ng pagtingin, paghawak, pakikinig at pagtapki).
21	診察	医師が患者に質問をします。また、身体を調べます。患者の病気の状態を判断するためです。	Medikal na pagsusuri	Magtatanong ang doktor sa pasyente. Sisiyasatin din ang katawan. Ito ay para matukoy ang kalagayan ng sakit ng pasyente.
22	身長	背の高さ。	Tangkapad	Taas mula ulo hanggang paa
23	体重	身体の重さ。	Timbang	Bigat ng katawan
24	標準体重	あなたの身長や年齢から考えて一番いい体重。この重さだと、もっとも病気になりにくいです。	Pamantayang timbang	Ilinuturing na pinakamabuting timbang para sa inyong tangkad at edad. Pinakamalit ang posibilidad na magkaroon ng sakit kapag ganitong bigat.
25	肥満度	身体の脂肪の割合。BMI [(体重(kg)):(身長×身長)] の数値を使います。この数値が高いと肥満です。肥満度は1度〜4度に分けることもあります。肥満は、心臓や脳に異常が出やすいです。	Antas ng obesity	Proporsyon ng taba sa katawan Ginagamit ang halaga ng BMI [(Timbang (kg)) ÷ (Tangkapad × Tangkad)]. Obese kapag mataas ang halagang ito. Maaari ring ipagbukod-bukod mula sa level 1 hanggang level 4 ang antas ng obesity. Madaling magkaroon ng abnormality sa puso at utak ang obese.
26	BMI	お腹の周りの長さ (おへその高さ)	Sukat ng baywang	Haba paikot sa liyan (taas ng pusod)
27	BMI	[(体重(kg)):(身長×身長)] 肥満度を測ります	BMI	[(Timbang (kg)) ÷ (Tangkapad × Tangkad)]. Sinusukat ang antas ng obesity.
28	尿蛋白	おしっこの中のタンパク。マイナスが正常です。プラスは腎臓に異常があります。	Protina sa ihi	Protein sa wwi. Minus ang normal. May abnormality sa kidney ang plus.
29	尿潜血	おしっこの中の血 (尿潜血は目に見えませんが、見えるものは血尿といえます)。マイナスが正常です。プラスは腎臓や尿道に病気がある可能性があります。	Okultong dugo sa ihi	Dugo sa wwi (Hindi nakikita sa mata ang nakatagong dugo sa ihi, inatawag na dugo sa ihi ang nakikita). Minus ang normal. May posibilidad na may sakit sa kidney o daanan ng ihi ang plus.
30	ウロビリノーゲン	肝臓や胆のうなどの異常がわかります。プラスは肝臓障害や大量の溶血 (赤血球が血管内で破壊される) の可能性があります。マイナスは胆管が詰まっているなどの可能性があります。	Urobilinogen	Malalaman ang abnormality sa liver, gallbladder at iba pa. May posibilidad ng diperensya sa liver o massive hemolysis (pagkasira ng red blood cells sa blood vessels) ang plus. May posibilidad na barado ang bile duct at iba pa ang minus.
31	ビリルビン	老化した赤血液が壊れてできます。高いと肝炎や胆道の閉塞などの可能性があります。	Bilirubin	Nalilikha ito kapag nawasak ang lumang red blood cells. May posibilidad ng hepatitis, biliary tract obstruction at iba pa kapag mataas.
32	ケトン体	栄養が十分に取れないとき、おしっこの中に出るもの。プラスは長期絶食や糖尿病、脱水症などの可能性があります。	Ketone bodies	Bagay na lumalabas sa wwi kapag hindi nakakuha ng sapat na nutrisyon. May posibilidad ng matagalang pag-aayuno, diabetes, dehydration at iba pa ang plus.
33	比重	おしっこの中に溶けている物質の割合。尿比重が高すぎたり低すぎると、病気の可能性があります。	Specific gravity	Proporsyon ng natunaw na substance sa wwi. May posibilidad ng sakit kapag masyadong mataas o masyadong mababa ang specific gravity ng ihi.
34	中性脂肪	脂肪の一つ。高いと体にたまって肥満や動脈硬化、脂肪肝を起こす可能性があります。低すぎるのも病気が原因の可能性があります。	Neutral fats	Isang fat. May posibilidad na maipon ito sa katawan at magdulot ng obesity, arteriosclerosis at fatty liver. May posibilidad ding magiging sanhi ng sakit kapag masyadong mababa.
35	HDLコレステロール	善玉コレステロールとも言います。血の中の余分な脂質を取り除いて肝臓に運ぶ作用があります。低いと動脈硬化が進む可能性があります。	HDL cholesterol	Tinatagwag ding good cholesterol. May epekto itong tanggalin ang labis na lipid sa dugo at dalhin ito sa liver. May posibilidad na sumulong ang arteriosclerosis kapag mababa.
36	LDLコレステロール	悪玉コレステロールとも言います。善玉コレステロールの邪魔をします。高いと血管の壁に貯まって動脈硬化になり、脳梗塞や心筋梗塞になる可能性があります。	LDL cholesterol	Tinatagwag ding bad cholesterol. Hinahadlangan nito ang good cholesterol. May posibilidad na maipon ito sa mga wal ng blood vessels, magkaroon ng arteriosclerosis, at magkaroon ng cerebral infarction at myocardial infarction o atake sa puso.
37	血糖	血の中の糖の濃さ。高いと糖尿病などの可能性があります。	Blood sugar	Density ng sugar sa dugo. May posibilidad ng diabetes at iba pa kapag mataas.
38	HbA1c (IDS)	過去1〜2ヶ月の血糖の平均値。高いと糖尿病などの可能性があります。	HbA1c (JDS)	Average na halaga ng blood sugar sa nakaraang 1-2 buwan. May posibilidad ng diabetes at iba pa kapag mataas.
39	尿糖	おしっこの中に含まれる糖のこと。マイナスが正常です。高いと糖尿病の可能性があります。	Urine sugar	Ang sugar na napapaloob sa wwi. Minus ang normal. May posibilidad ng diabetes kapag mataas.
40	クレアチニン	高いと腎臓の働きに問題がある可能性があります。	Creatinine	May posibilidad na may problema sa tungkulin ng kidney kapag mataas.
41	血清アミラーゼ	消化を助けるタンパク質。高いと膵臓や肝臓の病気の可能性があります。	Serum amylase	Protein na tumutulong sa pagtunaw ng pagkain. May posibilidad ng sakit sa pancreas o liver kapag mataas.
42	尿酸	高いと痛風という病気になる。	Uric acid	Magkaroon ng sakit na gout kapag mataas.
43	赤血球数	赤血球の数。赤血球は肺で受け取った酸素を身体に運びます。	Red blood cell count	Bilang ng red blood cells. Dinadala ng red blood cells sa katawan ang oxygen na natanggap sa baga.
44	Hb (ヘモグロビン; 血色素量)	高いと血液が少ない (作られていない) 減った) 可能性があります。	Hb (Hemoglobin; dami ng hemoglobin)	May posibilidad na kaunti (hindi nalilikha/bumaba) ang dugo kapag mababa.
45	白血球数	白血球の数。白血球は感染症の時に、外部から侵入してきた病原体と戦います。高いと感染症の可能性があります。	White blood cell count	Bilang ng white blood cells. Kapag may impeksyon, nilalaban ng white blood cells ang mga pathogen na pumasok mula sa labas. May posibilidad ng impeksyon kapag mataas.
46	ヘマトクリット	血液中の赤血球が占める容積比率。脱水の時に高くなったり、出血や産生不足による貧血で低くなったりします。	Hematocrit	Proporsyon ng volume na sakop ng red blood cells sa dugo. Tumataas ito kapag dehydrated, at bumababa dahil sa anemiyang dulot ng pagdurugo o kakulangan ng produksyon.
47	血小板数	骨髄内で作られるもの。これは血管が壊れて出血したところを補修します。多すぎたり少なすぎたら異常です。	Platelet count	Bagay na nalikha sa bone marrow ang platelet. Inaayos nito ang bahagi kung saan napunit ang blood vessel at dumugo. Abnormal kapag masyadong marami o masyadong kaunti.
48	MCV, MCH, MCHC	赤血球の大きさやヘモグロビンの量を示す数値。これらの数値の組み合わせ (どの値が大きい小さいか) によって、貧血の種類を推測します。	MCV, MCH, MCHC	Numerong nagpapahiwatig ng laki ng red blood cells at dami ng hemoglobin. Ipinapalagay ang uri ng anemiyang ayon sa kombinasyon ng mga numerong ito (kung anong halaga ang malaki o malit).
49	GOT (AST)	高いと肝臓が悪い可能性があります。また、心筋梗塞が起きたときにも高くなる可能性があります。	GOT (AST)	May posibilidad na masama ang lagay ng liver kapag mataas. May posibilidad ding tumasa ito kapag nagkaroon ng myocardial infarction o atake sa puso.
50	GPT (ALT)	高いと肝臓が悪い可能性があります。	GPT (ALT)	May posibilidad na masama ang lagay ng liver kapag mataas.
51	ALP	高いと骨の病気や、胆道系の病気の可能性があります。	ALP	May posibilidad ng sakit sa buto at sakit sa biliary system kapag mataas.
52	γ-GTP	高いと肝臓や胆道系の病気の可能性があります。	γ-GTP	May posibilidad ng sakit sa liver o sa biliary system kapag mataas.
53	総ビリルビン	高いと肝臓や胆道系などの病気の可能性があります。	Total bilirubin	May posibilidad ng sakit sa liver o sa biliary system at iba pa kapag mataas.
54	メタボリックシンドローム	病気になるやすい状態です。内臓に脂肪がたまり肥満になり、糖尿病や高血圧など様々な病気が起きやすいです。	Metabolic syndrome	Kalagayan ito kung saan madaling magkaroon ng sakit. Naipon ang fats sa internal organs, nagiging obese, at madaling magkaroon ng iba't ibang sakit tulad ng diabetes, altapresyon at iba pa.

よく使う用語集（モンゴル語）

通番	用語	やさしい日本語での解説	用語（翻訳）	やさしい日本語での解説（翻訳）
1	健康診断	健康であるか？病気がないか？調べます。	Эрүүл мэндийн үзлэг	Эрүүл үү? Өвчтэй юу? Шалгана.
2	総合判定	身体のいろいろなところを調べます。「異常なし」は大丈夫です。「許容範囲」「要注意・要（経過）観察」「要再検査」「要治療・要医療」「治療継続（または治療中）」「要精密検査」は問題があります(問題の大きさは違いがあります)。	Ерөнхий оношилгоо	Биеийн янз бүрийн хэсгүүдийг шалгана. "Хэвийн бус зүйл байхгүй" бол зүгээр. "Зөвшөөрдөг хэмжээ", "Анхаарах шаардлагатай, Ажилгах (явц) шаардлагатай, "Дахин шинжилгээ хийх шаардлагатай", "Эмчилгээ шаардлагатай, Эмийн эмчилгээ шаардлагатай", "Эмчилгээ үргэлжлүүлэх (эсвэл эмчилгээний хийж байгаа)", "Өндөр нарийвчлалтай шинжилгээ шаардлагатай" зэрэг асуудлууд байна (Асуудлын хэмжээгээс хамааран ялгаатай).
3	異常	正常ではないです。	Хэвийн бус	Хэвийн бус байна.
4	経過観察	これからの様子を見ます。	Льцыг ажиглах	Одооноос эхлэн байдлыг ажиглана.
5	要治療	病院に行っ、治療しなければなりません。	Эмчилгээ шаардлагатай	Эмнэлэгт очиж эмчилгээ хийлгэхгүй бол болохгүй.
6	要精検（要精密検査または要精査）	病院で詳しく調べなければなりません。	Нарийвчилсан үзлэг шаардлагатай (Өндөр нарийвчлалтай шинжилгээ шаардлагатай эсвэл нарийвчилсан шинжилгээ шаардлагатай)	Эмнэлэгт нарийвчлал үзүүлэхгүй бол болохгүй.
7	身体計測	身長、体重、体脂肪率などを測ります。	Бие хэмжүүр	Өндөр, жин, биеийн өвчний харьцаа гэх мэтийг хэмжинэ.
8	視力	目でもの（形）を見る力	Хараа	Нүдээр юмыг（ны хэлбэр）харах чадвар
9	聴力	耳で音を聞く力	Сонсгол	Чихээрээ дуу авиа сонсох чадвар
10	尿	おしっこ。	Шээс	Шээс.
11	脂質	栄養素の一つです。身体の中でエネルギーになります。血の中のコレステロールや中性脂肪などを呼ぶときにも使います。	Өөх тос	Шим тэжээлийн нэг. Биед энерги болж хувирдаг. Цусан дахь холестерин болон триглицерид зэргийг нэрлэхэд ч хэрэглэдэг.
12	糖尿病	病気の名前で。血の中にブドウ糖が普通よりたくさんあります。	Чихрийн шижин	Өвчний нэр. Цусан дахь глюкоз нь ердийнхөөс их байна.
13	腎機能	腎臓の働き（おしっこを作ります）。	Бөөрний үйл ажиллагаа	Бөөрний үйл ажиллагаа (шээс ялгаруулах)
14	膵臓機能	膵臓の働き（消化液とホルモンを分泌します）。	Нойр булчирхайн үйл ажиллагаа	Нойр булчирхайн үйл ажиллагаа (хоол боловсруулах шүүс, даавар ялгаруулах)
15	痛風	病気の名前で。尿酸が小さなかたまりになります。そして、関節が痛くなります。	Тулай	Өвчний нэр. Шээсний хүчил нь жижиг чулуу болон хувирч, цаашлаад үед мөч өвддэг болно.
16	血液	血。体の中をまわっている赤い液体。酸素や栄養、不要な物質を運びます。	Цус	Өвч. Биеийн дотор эргэлдэж байдаг улаан шингэн. Хүчилтөрөгч болон шим тэжээл, хэрэгцээгүй болсон бодисыг тээвэрлэдэг.
17	肝機能	肝臓の働き（栄養の貯めます／有害物質を解毒します）。	Элэгний үйл ажиллагаа	Элэгийг үйл ажиллагаа (Шим тэжээлийг хадгалах, хорт бодисыг хоргуулуулдаг)
18	胸部X線	検査です。X線で胸の写真を撮ります。肺炎や肺がんなど肺の病気や、心臓の大きさを調べます。	Цээжний рентген зураг	Шинжилгээ. Рентген зургаар цээжний зургийг авдаг. Уушгины хатгалгаа, уушгины хорт хавдур гэх мэт уушгины өвчин болон зүрхний хэмжээг шалгадаг.
19	心電図	検査です。心臓から出る電気を記録します。不整脈や心臓の血管が詰まる病気（狭心症・心筋梗塞）を見つけます。	Зүрхний бичлэг	Шинжилгээ. Зүрхнээс гарч буй цахилгааныг бичдэг. Зүрхний хэм алдагдал болон зүрхний судас бөглөрөх өвчин (зүрхний бах, зүрхний шигдээс)-г илрүүлдэг.
20	内科診察	内科の医師が身体の調子を質問します。また、身体を調べます（視診・触診・聴診・打診があります）	Дотрын үзлэг	Дотрын эмч нь биеийн байдлын талаар асуулт асууна. Мөн биед үзлэг хийнэ. (Нүдээр үзэх, хүрч үзэх, чягнаж үзэх, цохиж үзэх зэрэг байдаг)
21	診察	医師が患者に質問をします。また、身体を調べます。患者の病気の状態を判断するためです。	Үзлэг	Эмч өвчтөнөөс асуулт асууна. Мөн биед үзлэг хийнэ. Өвчний өвчний байдлыг тогтоохын тулд байдаг.
22	身長	背の高さ。	Өндөр	Нuruуны өндөр.
23	体重	身体の重さ。	Биеийн жин	Биеийн жин.
24	標準体重	あなたの身長や年齢から考えて一番いい体重。この重さだと、もっとも病気になるにくいです。	Хэвийн жин	Таны өндөр, насыг харгалзан үзсэн хамгийн зохиистой жин. Энэ жинтэй байхад өвчин тусгах нь илүү бага байна.
25	肥満度	身体の脂肪の割合。BMI（(体重(kg))÷(身長×身長)）の数値を使います。この数値が高いと肥満です。肥満度は1度～4度に分けることもあります。肥満は、心臓や脳に異常が出やすいです。	Таргалалтын зэрэг	Биеийн өвчний эзлэх хувь. BMI-ийн ([Жин (кг)] ÷ [Өндөр x Өндөр]) утгыг ашиглана. Энэ тоо өндөр байвал таргалалттай байна. Таргалалтын зэргийг 1-4 хэмд хуваадаг. Таргалалтын улмаас зурх, тархинд хэвийн бус байдал бий болоход хялбар байдаг.
26	腹圍	お腹の周りの長さ（おへその高さ）。	Бэлхийн тойрог	Хэвлийн эргэн тойрны урт (хүйсний өндөрт).
27	BMI	[(体重(kg))÷(身長×身長) 肥満度を測ります。	BMI	[Жин (кг)] ÷ [Өндөр x Өндөр]. Таргалалтын зэргийг хэмжинэ.
28	尿蛋白	おしっこの中のタンパク。マイナスが正常です。プラスは腎臓に異常があります。	Шээсний уураг	Шээсэнд агуулагдах уураг. Серег утгатай байвал хэвийн. Эерэг утгатай бол бөөр хэвийн бус байна.
29	尿潜血	おしっこの中の血（尿潜血は目に見えません、見えるものは尿といえます）。マイナスが正常です。プラスは腎臓や尿道に病気がある可能性があります。	Нууц цусаар шээх	Шээсэнд агуулагдах цус (Нууц цусаар шээх нь нүдэнд харагдаагүй, нүдэнд харагдаагүй нь цустай шээх гэж хэлдэг.) Серег утгатай байвал хэвийн. Эерэг утгатай байвал бөөр, шээсний замын өвчтэй байж болно.
30	ウロビリノーゲン	肝臓や胆のうなどの異常がわかります。プラスは肝臓障害や大量の溶血（赤血球が血管内で破壊される）の可能性がります。マイナスは胆管が詰まっているなどの可能性があります。	Уробилиноген	Элэг, цус зэрэг нь хэвийн бус байгааг мэднэ. Эерэг утга нь элэгний гэмтэл болон их хэмжээний цусны задрал (цусны улаан эсүүд судас дотор гэмтэх) байх магадлалтай. Серег утга нь цэсийн суваг бөглөрсөн байх магадлалтай.
31	ビリルビン	老化した赤血液が壊れてできます。高いと肝炎や胆道の閉塞などの可能性があります。	Билирубин	Хөгширсөн цусны улаан шингэн гэмтсэнээр бий болдог. Өндөр байвал элэгний үрэвсэл болон цэсийн замын бөглөрөл зэрэг байх магадлалтай.
32	ケトン体	栄養が十分に取れないとき、おしっこの中に出るもの。プラスは長期絶食や糖尿病、脱水症などの可能性があります。	Кетон бие	Хангалттай шим тэжээл авч чадахгүй үед шээсэнд илрэдэг зүйл. Эерэг утга нь урт хугацаанд өлөн байх болон чихрийн шижин, шингэн дутагдал зэрэг байх магадлалтай.
33	比重	おしっこの中に溶けている物質の割合。尿比重が高すぎたり低すぎると、病気の可能性があります。	Масс	Шээсэнд ууссан бодисын эзлэх хувь. Шээсний масс нь хэт өндөр эсвэл хэт бага байх нь өвчтэй байх магадлалтай.
34	中性脂肪	脂肪の一つ。高いと体にたまって肥満や動脈硬化、脂肪肝を起こす可能性があります。低すぎるとも病気が原因の可能性がります。	Триглицерид	Өөх тосны нэг. Өндөр бол биед хуримтлагдаж таргалалт, судас хатуурах, элэг өөхлөх зэрэгт хүргэх магадлалтай. Хэт бага байх нь ч бас өвчин үүсгэх шалтгаан болох магадлалтай.
35	HDLコレステロール	善玉コレステロールとも言います。血の中の余分な脂質を取り除いて肝臓に運ぶ作用があります。低いと動脈硬化が進む可能性があります。	HDLコレステロール	Сайн холестерин ч гэж нэрлэдэг. Цусан дахь илүүдэл өөх тосыг зайлуулж, элэг рүү зөөвөрлөх үйлдэл үзүүлдэг. Бага бол судасны хатуурал эрчимжиж магадлалтай.
36	LDLコレステロール	悪玉コレステロールとも言います。善玉コレステロールの邪魔をします。高いと血管の壁に貯まって動脈硬化になり、脳梗塞や心筋梗塞になる可能性があります。	LDLコレステロール	Муу холестерин ч гэж нэрлэдэг. Сайн холестеринд саад болдог. Өндөр бол судасны хананд хуримтлагдаж судасны хатуурал үүсгэж, тархины шигдээс болон зүрхний шигдээс үүсгэх магадлалтай.
37	血糖	血の中の糖の濃さ。高いと糖尿病などの可能性があります。	Цусан дахь сахар	Цусан дахь сахарын концентраци. Өндөр бол чихрийн шижин өвчин зэрэг байх магадлалтай.
38	HbA1c (JDS)	過去1～2か月の血糖の平均値。高いと糖尿病などの可能性があります。	HbA1c (JDS)	Сүүлийн 1-2 сарын цусан дахь сахарын дундаж хэмжээ. Өндөр бол чихрийн шижин өвчин зэрэг байх магадлалтай.
39	尿酸	おしっこの中に含まれるもの。マイナスが正常です。高いと糖尿病の可能性がります。	Шээсний сахар	Шээсэнд агуулагдах сахар. Серег утгатай байвал хэвийн. Өндөр бол чихрийн шижин өвчин байх магадлалтай.
40	クレアチニン	高いと腎臓の働きに問題がある可能性があります。	Креатинин	Өндөр бол бөөрний үйл ажиллагаа асуудалтай байх магадлалтай.
41	血清アミラーゼ	消化を助けるタンパク質。高いと膵臓や肝臓の病気などの可能性があります。	Сивингийн амилаза	Хоол боловсруулахад тусалдаг уураг. Өндөр бол нойр булчирхай болон элэгний өвчин зэрэг байх магадлалтай.
42	尿酸	高いと痛風という病気になります。	Шээсний хүчил	Өндөр бол тулай гэх өвчин үүсгэнэ.
43	赤血球数	赤血球は肺で受け取った酸素を身体に運びます。	Цусны улаан эсийн тоо	Цусны улаан эсийн тоо. Цусны улаан эс уушигдч байхдаа авсан хүчилтөрөгчийг биеийн бусад хэсгүүд рүү хүргэдэг.
44	Hb（ヘモグロビン；色素量）	低いと血液が少ない（作られていない／減った）可能性があります。	Hb（ヘモグロビン；色素量）	Бага бол цус бага (нөхөн төлжихгүй эсвэл багассан) байх магадлалтай.
45	白血球数	白血球の数。白血球は感染症の時に、外部から侵入してきた病原体と戦います。高いと感染症の可能性がります。	Цусны цагаан эсийн тоо	Цусны цагаан эсийн тоо. Цусны цагаан эс нь халдварт өвчний үед гаднаас нэвтэрсэн эмгэг төрүүлэгчидтэй тэмцдэг. Өндөр бол халдварт байх магадлалтай.
46	ヘマトクリット	血液中の赤血球が占める容積比率。脱水の時に高くなったり、出血や産生不足による貧血で低くなったりします。	Гематокрит	Цусан дахь улаан эсийн эзлэх эзлэхүүний харьцаа. Шингэн алдалтын үед өндөр болж, цус алдах болон нөхөн төлжилт дутагдсанаас цус багадагт бий болж багасдаг.
47	血小板数	骨髄内で作られるもの。これは血管が破れて出血したところを補修します。多すぎたり少なすぎたりは異常です。	Тромбоцитийн тоо	Ясны чөмөгт үүсдэг зүйл. Энэ нь судас урагдаж, цус алдах байгаа газрыг засдаг. Хэт олон эсвэл хэт цөөн байвал энэ нь хэвийн бус юм.
48	MCV、MCH、MCHC	赤血球の大きさやヘモグロビンの量を示す数値。これらの数値の組み合わせ（どの値が大きいか小さいか）によって、貧血の種類を推測します。	MCV、MCH、MCHC	Цусны улаан эсийн хэмжээ болон гемоглобины хэмжээг илэрхийлэх тоо. Эдгээр тоонуудын хослолоос (аль утга нь их эсвэл бага) хамаран цус багадагтын төрлийг тодорхойлдог.
49	GOT (AST)	高いと肝臓が悪い可能性があります。また、心筋梗塞が起きたときにも高くなる可能性があります。	GOT (AST)	Өндөр байвал элэг муудсан байх магадлалтай. Мөн зүрхний шигдээс үүссэн үед ч өндөр болох магадлалтай.
50	GPT (ALT)	高いと肝臓が悪い可能性があります。	GPT (ALT)	Өндөр байвал элэг муудсан байх магадлалтай.
51	ALP	高いと骨の病気や、胆道系の病気の可能性がります。	ALP	Өндөр бол ясны өвчин болон цэсийн замын өвчин байх магадлалтай.
52	γ-GTP	高いと肝臓や胆道系の病気の可能性がります。	γ-GTP	Өндөр бол элэг, цэсийн замын өвчин байх магадлалтай.
53	総ビリルビン	高いと肝臓や胆道系などの病気の可能性がります。	Нийт билирубин	Өндөр бол элэг, цэсийн замын зэрэг өвчин байх магадлалтай.
54	メタボリックシンドローム	病気になりやすい状態です。内臓に脂肪がたまり肥満になり、糖尿病や高血圧など様々な病気起きやすいです。	Бодисын солигцооны синдром	Өвчинд өртөхөд хялбар байдалтай байна. Дотор эрхтэнд өөх тос хуримтлагдан таргалуулж, чихрийн шижин болон цусны даралт ихсэх зэрэг янз бүрийн өвчин үүсгэх магадлалтай.

よく使う用語集 (中国語)

通称 用語	やさしい日本語での解説	用語 (翻訳)	やさしい日本語での解説 (翻訳)
1 健康診断	健康であるか？病気がないか？調べます。	体检	检查是否健康？有没有疾病？
2 総合判定	身体のいろいろなところを調べます。「異常なし」は大丈夫です。「許容範囲」「要注意・要（経過）観察」「要再検査」「要治療・要医療」「治療継続（または治療中）」「要精密検査」は問題があります(問題の大きさは違いがあります)。	综合判断	对身体的各个部位进行检查。“无异常”表示没问题。“允许范围”、“需注意/需观察等待”、“需复查”、“需治疗/需医疗”、“继续治疗(或治疗中)”、“需详细检查”表示有问题(问题的大小是不一样的)。
3 異常	正常ではないです。	异常	表示不正常。
4 経過観察	これからの様子を見ます。	观察等待	留待观察。
5 要治療	病院に行って、治療しなければなりません。	需治疗	必须去医院接受治疗。
6 要精検 (要精密検査または要精査)	病院で詳しく調べなければなりません。	需精檢 (需精密検査或详査)	必须去医院详细检查。
7 身体計測	身長、体重、体脂肪率などを測ります。	人体測量	測量身高、体重、体脂百分比等。
8 視力	目でもの(の形)を見る力	視力	用眼睛看东西(的形状)的能力
9 聴力	耳で音を聞く力	听力	用耳朵听声音的能力
10 尿	おしっこ。	尿	小便。
11 脂質	栄養素の一つです。身体の中でエネルギーになります。血の中のコレステロールや中性脂肪などを呼ぶときにも使います。	类脂	营养素的一种。在人体内将变成能量。也被用来指血液中的胆固醇和中性脂肪。
12 糖尿病	病気の名前です。血の中にブドウ糖が普通よりたくさんあります。	糖尿病	病名。血液中的葡萄糖含量比正常值高。
13 腎機能	腎臓の働き（おしっこを作ります）。	肾功能	肾脏的功能（生成小便）。
14 膵機能	膵臓の働き（消化液とホルモンを分泌します）。	胰腺功能	胰腺的功能（分泌消化液和激素）。
15 痛風	病気の名前です。尿酸が小さなかたまりになります。そして、関節が痛くなります。	痛风	病名。尿酸结成小块，导致关节疼痛。
16 血液	血。体の中をまわっている赤い液体。酸素や栄養、不要な物質を運びます。	血液	血液。在身体中流动的红色液体。它携带氧气、营养物质和废弃物。
17 肝機能	肝臓の働き（栄養の貯めず/有害物質を解毒します）。	肝功能	肝脏的功能（储存营养/解毒有害物质）。
18 胸部X線	検査です。X線で胸の写真を撮ります。肺炎や肺がんなど肺の病気や、心臓の大きさを調べます。	胸部X光片	检查的一种。用X光拍胸部照片。检查肺部疾病，如肺炎、肺癌等，以及心脏的大小。
19 心電図	検査です。心臓から出る電気を記録します。不整脈や心臓の血管が詰まる病気（狭心症・心筋梗塞）を見つめます。	心电图	检查的一种。记录从心脏出来的电流。用来查找心律失常和心血管堵塞的疾病（如心绞痛、心肌梗塞等）。
20 内科診察	内科の医師が身体の調子を質問します。また、身体を調べます（視診・触診・聴診・打診があります）。	内科診察	内科医生将询问您的身体状况。此外，还要对身体进行检查（包括望诊、触诊、听诊和叩诊）。
21 診察	医師が患者に質問をします。また、身体を調べます。患者の病気の状態を判断するためです。	诊察	医生将对患者进行询问。此外，还要对身体进行检查。这是为了判断患者的病情。
22 身長	背の高さ。	身高	身体的高度。
23 体重	身体の重さ。	体重	身体的重量。
24 標準体重	あなたの身長や年齢から考えて一番いい体重。この重さだと、もっとも病気になるにくいです。	标准体重	从您的身高和年龄来看是最佳的体重。这个体重下，最不容易生病。
25 肥満度	身体の脂肪の割合。BMI（(体重(kg))÷(身長×身長)）の数値を使います。この数値が高いと肥満です。肥満度は1度～4度に分けることもあります。肥満は、心臓や脳に異常が出やすいです。	肥胖度	体脂百分比。用BMI（[体重(kg)] ÷ [身高×身高]）的数值表示。如果这个数字高，说明肥胖。肥胖度有时分为1度～4度。肥胖容易导致心脏和大脑异常。
26 腹囲	お腹の周りの長さ（おへその高さ）。	腰围	腹部的周长（在肚脐的高度）。
27 BMI	(体重(kg))÷(身長×身長)。肥満度を測ります。	BMI	[体重(kg)] ÷ [身高×身高]。用来检测肥胖度。
28 尿蛋白	おしっこの中のタンパク。マイナスが正常です。プラスは腎臓に異常があります。	尿蛋白	小便中的蛋白质。减号代表正常。加号表示肾脏异常。
29 尿潜血	おしっこの中の血（尿潜血は目に見えませんが、見えるものは尿血といえます）。マイナスが正常です。プラスは腎臓や尿道に病気がある可能性があります。	尿潜血	小便中带血（尿潜血是看不见的，看得见的叫血尿）。减号代表正常。加号表示可能有肾脏或尿道疾病。
30 ウロビリノーゲン	肝臓や胆のうなどの異常がわかります。プラスは肝臓障害や大量の溶血（赤血球が血管内で破壊される）の可能性がありえます。マイナスは胆管が詰まっているなどの可能性があります。	尿胆素原	可以知道肝脏和胆囊等是否有异常。加号表示可能肝损伤或者有大量溶血（红细胞在血管内破裂）。减号表示可能是胆管阻塞。
31 ビリルビン	老化した赤血球が壊れてできます。高いと肝炎や胆道の閉塞などの可能性があります。	胆红素	来自衰老红细胞的裂解。如果高的话，可能是肝炎或者胆道梗阻。
32 ケトン体	栄養が十分に取れないとき、おしっこの中に出るもの。プラスは長期絶食や糖尿病、脱水症などの可能性があります。	酮体	当无法获得足够的营养时，它就会在小便中出现。加号表示可能是长期禁食、糖尿病、脱水等。
33 比重	おしっこの中に溶けている物質の割合。尿比重が高すぎたり低すぎると、病気の可能性があります。	比重	溶解在小便中的物质的百分比。如果尿比重过高或过低，可能是得了病。
34 中性脂肪	脂肪の一つ。高いと体にたまって肥満や動脈硬化、脂肪肝を起こす可能性があります。低すぎるのも病気が原因の可能性がありえます。	中性脂肪	脂肪的一种。如果高的话，它可能会在体内蓄积，导致肥胖、动脉硬化和脂肪肝。如果太低也可能是由于疾病。
35 HDLコレステロール	善玉コレステロールとも言います。血の中の余分な脂質を取り除いて肝臓に運ぶ作用があります。低いと動脈硬化が進む可能性があります。	高密度脂蛋白胆固醇	也称为好胆固醇。具有从血液中去除多余的脂类并将它们输送到肝脏的作用。如果低的话，可能会促进动脉硬化。
36 LDLコレステロール	悪玉コレステロールとも言います。善玉コレステロールの邪魔をします。高いと血管の壁に詰まって動脈硬化になり、脳梗塞や心筋梗塞になる可能性があります。	低密度脂蛋白胆固醇	也称为坏胆固醇。它会干扰好胆固醇。如果高的话，就会在血管壁上聚集并引起动脉硬化，从而导致脑梗塞或者心肌梗塞。
37 血糖	血の中の糖の濃さ。高いと糖尿病などの可能性があります。	血糖	血液中糖分的浓度。如果高的话，可能是糖尿病等疾病。
38 HbA1c (JDS)	過去1～2ヶ月の血糖の平均値。高いと糖尿病などの可能性があります。	HbA1c (JDS)	过去1-2个月的血糖的平均值。如果高的话，可能是糖尿病等疾病。
39 尿糖	おしっこの中に含まれる糖のこと。マイナスが正常です。高いと糖尿病の可能性がありえます。	尿糖	指的是小便中所含的糖分。减号代表正常。如果高的话，可能是糖尿病。
40 クレアチニン	高いと腎臓の働きに問題がある可能性があります。	肌酐	如果高的话，可能是肾功能出现了问题。
41 血清アミラーゼ	消化を助けるタンパク質。高いと膵臓や肝臓の病気の可能性があります。	血清淀粉酶	帮助消化的蛋白质。如果高的话，可能是胰腺或肝脏方面的疾病。
42 尿酸	高いと痛風という病気になるります。	尿酸	如果高的话，就会引起一种叫作痛风的疾病。
43 赤血球数	赤血球の数。赤血球は肺で受け取った酸素を身体に運びます。	红细胞计数	红细胞的数量。红细胞将肺部接收到的氧气输送到全身。
44 Hb (ヘモグロビン；血色素量)	低いと血液が少ない(作られていない)減った)可能性があります。	Hb (血红蛋白；血色素量)	如果低的话，可能是血液较少(没生成或减少了)。
45 白血球数	白血球の数。白血球は感染症の時に、外部から侵入してきた病原体と戦います。高いと感染症の可能性がありえます。	白细胞计数	白细胞的数量。白细胞在人得了感染性疾病时，会抵抗从外部侵入的病原体。如果高的话，可能是得了感染性疾病。
46 ヘマトクリット	血液中の赤血球が占める容積比率。脱水の時に高くなったり、出血や産生不足による貧血で低くなったりします。	红细胞压积	红细胞在血液中所占的容积的比值。脱水时变高，因流血或生产不足导致贫血时会变低。
47 血小板数	骨髄内で作られるもの。これは血管が破れて出血したところを補修します。多すぎたり少なすぎたりは異常です。	血小板计数	它是在骨髓中生成。它可以修复因血管破裂而流血的部位。太多或太少都是不正常的。
48 MCV, MCH, MCHC	赤血球の大きさやヘモグロビンの量を示す数値。これらの数値の組み合わせ（どの値が大きい小さいか）によって、貧血の種類を推測します。	MCV, MCH, MCHC	表示红细胞的大小和血红蛋白的数量的数值。结合这几个数值（看看哪个数值较大或者较小）可以推断贫血的类型。
49 GOT (AST)	高いと肝臓が悪い可能性があります。また、心筋梗塞が起きたときにも高くなる可能性があります。	GOT (AST)	如果高的话，可能是肝脏不好。另外，当发生心肌梗塞时，它也可能变高。
50 GPT (ALT)	高いと肝臓が悪い可能性があります。	GPT (ALT)	如果高的话，可能是肝脏不好。
51 ALP	高いと骨の病気や、胆道系の病気の可能性があります。	ALP	如果高的话，可能是骨病或胆道系统的疾病。
52 γ-GTP	高いと肝臓や胆道系の病気の可能性があります。	γ-GTP	如果高的话，可能是肝脏或胆道系统的疾病。
53 総ビリルビン	高いと肝臓や胆道系などの病気の可能性があります。	总胆红素	如果高的话，可能是肝脏或胆道系统等疾病的。
54 メタボリックシンドローム	病気になるやすい状態です。内臓に脂肪がたまり肥満になり、糖尿病や高血圧など様々な病気が起きやすいです。	代谢综合征	容易生病的状态。脂肪堆积在内脏而变得肥胖，容易引发糖尿病、高血压等各种疾病。