Kidney Disease Screening and Awareness Program

환자 **ID #:** _____

검진 결과 설명서

건강검진 결과:

1. 체중**.....** _____ *lbs.* *BMI*_____

2. 키**.....** _____ *inches*

체중 척도	아시아인	그 외	잠재적 건강 위험 요소
저체중	< 18.5	< 19	저체중은 다양한 건강 위험 요소의 원인이 될 수 있습니다.
정상체중	18.5 ~ 23.9	19 ~ 24.9	체중이 정상 범위 안에 있습니다. 꾸준한 식단과 운동을 통해 정상 체중 유지가 가능합니다.
과체중	24 ~ 26.9	25 ~ 29.9	과체중은 성인병의 원인이 됩니다.
비만	>27	>30	비만은 심장질환이나 당뇨와 같은 다양한 성인병의 원인이 되며 삶의 질을 저하시킵니다.

3. 허리둘레**.....**

_____ *inches* *WHR*_____

4. 엉덩이둘레**.....** _____ *inches*

Waist-hip ratio (WHR)는 건강 정도의 척도 중 하나이며, 지방 분배에 따른 지병 유발 위험도를 예측합니다. The National Institute of Diabetes와 Digestive and Kidney Diseases (NIDDK)의 지침에 따르면:

여성	Waist–hip ratio는 ≤ 0.8, 허리둘레 35 inches/88 cm 이하.
남성	Waist–hip ratio는 ≤ 1.0, 허리둘레 40 inches/102 cm 이하.

□ 목표체중 _____ *lbs.* □ 하루 30분 운동,주 _____회

5. 혈압..... _____ **mmHg**

아래에 혈압에 따른 진단명이 기재되어 있습니다. 고혈압은 심장질환, 심근경색, 신장질환, 혈관 손상 등의 지병을 유발 할 수 있습니다.

최고혈압	최저혈압	진단명
<120 mmHg	<80 mmHg	정상혈압
120-139 mmHg	80-89 mmHg	고혈압 초기
140-159 mmHg	90-99 mmHg	고혈압 (1기)
>=160 mmHg	>=100 mmHg	고혈압 (2기)

□ 저염식. □ 하루 30분 운동,주 _____회

© 2022 Kidney Disease Screening and Awareness Program. All rights reserved.

6. 혈당 …. _____ **mg/dl**
혈당은 혈액 속 당분이며 당뇨 검사를 위해 사용됩니다:

No Known Diabetes		Known Diabetes	
금식		금식	
<100 mg/dl	정상	<80 mg/dl	목표범위 이하
100-125 mg/dl	공복혈당장애	80-120 mg/dl	목표범위 이내
>125 mg/dl	당뇨	>120 mg/dl	목표범위 이상
정상식		정상식	
<140 mg/dl	정상	<=180 mg/dl	목표범위 이하
140-200 mg/dl	공복혈당장애	>180 mg/dl	목표범위 이내
>200 mg/dl	당뇨		

7. 혈뇨
검사지로 소변 속 적혈구 (혈액)의 유무를 검출합니다. 보통 소변 속에서 혈액이 검출되지 않습니다. 신장 질환과 요도의 다른 질환 등을 검사하기 위해 검사지를 사용합니다.

□ 음성 (정상)
□ 양성 (비정상)

8. 단백뇨
단백뇨검사는 소변 속 단백질의 유무를 검출합니다. 보통 소변 속에서 단백질이 검출되지 않습니다. 검사시 소변을 검사지로 검사하며, 높은 단백질 검출 수치는 신장질환과 연관될 가능성이 있습니다.

□ 음성 (정상)
□ 양성 (비정상)

9. 농뇨
농뇨검사는 소변 속 백혈구 수치를 검출합니다. 보통 소변 속에서 백혈구가 검출되지 않습니다. 요도의 염증, 감염 등을 검사하기 위해 검사지를 사용합니다.

□ 음성 (정상)
□ 양성 (비정상)

<u>의사 소견**:**</u>
□ _____일 이내 내원하십시오.

□ 위 증상으로 **2**회 이상 내원하십시오: □ 혈뇨 □단백뇨

© 2022 Kidney Disease Screening and Awareness Program. All rights reserved.