

血液健康スコア検査

My Nightingale

マイ ナイチンゲール

生活習慣病リスクを

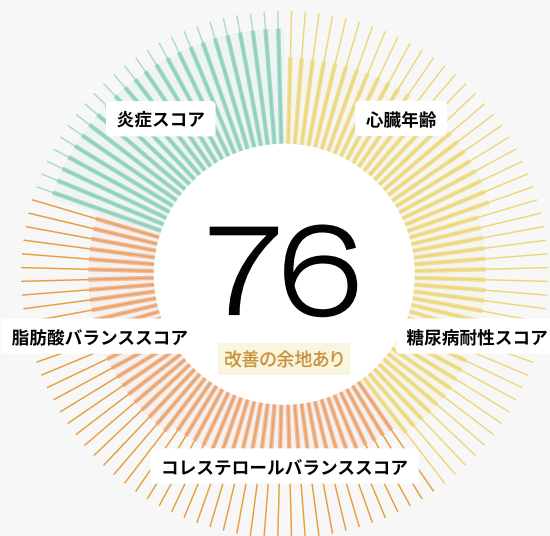
見える化する血液検査で

未来の健康づくりをはじめよう

こんな方にお勧めします

メタボの方、そうでない方を含めて、あらゆる方におすすめします。
血液健康スコアを測定し、ご自身の生活習慣の改善にお役立てください。

■ 血液健康スコア (ナイチンゲールヘルススコア) と5つの健康指標でスコア化



総合評価を直感的にわかりやすい点数で表示し(100点満点方式)、5つの健康指標に分けて解説します。

● 血液健康スコア(ナイチンゲールヘルススコア)

総合的な健康状態を示す100点満点の血液健康スコア。食生活や運動、睡眠の質などによって変化し、生活習慣病(糖尿病・心筋梗塞・脳梗塞等)のリスクと関係しています。

● 5つの健康指標

① 心臓年齢

実年齢に対する循環器系の状態

② 糖尿病耐性スコア

身体の細胞へのエネルギー取り込みと消費の状況

③ コレステロールバランススコア

身体のコレステロール供給と回収の状況

④ 脂肪酸バランススコア

血液中の「良い脂肪酸」と「悪い脂肪酸」の比較

⑤ 炎症スコア

身体で慢性的に起きている低レベルの炎症の状態
慢性的な炎症は、肥満やストレス、睡眠の質の低下などによって引き起こされます。

■ 生活習慣の改善アドバイス

健康指標ごとに生活改善アドバイスを提示し、スコアを効果的に改善する行動がわかります。

健康的な活動すべてに取り組むのは大変ですが、取り組むべき行動が絞りこまれるので、改善行動を続けやすくなります。



食物繊維を多く摂る



「悪い脂質」を控える



「白い炭水化物」を避ける



1日野菜350gと果物200gを



良質な脂質を摂る



糖分の多い食品を控える

■ リスクの評価

低リスク群と比べた発症リスクの高さを評価します。

日本では、心血管疾患(脳梗塞、心筋梗塞など)の死者数は、がんの死者数に匹敵しています。また、潜在的な糖尿病患者は1000万人を超えていると言われています。

心血管疾患リスク

現在のリスク

低リスク

高リスク

2型糖尿病リスク

現在のリスク

低リスク

高リスク

お申し込み

お電話でお申し込みください

倉敷中央病院附属予防医療プラザ

TEL 086-422-6800

検査費用:

16,500 円(税込)

検査の流れ



①申し込み

健康診断・人間ドックを受診する際、オプション検査としてお申し込みください。



②採血

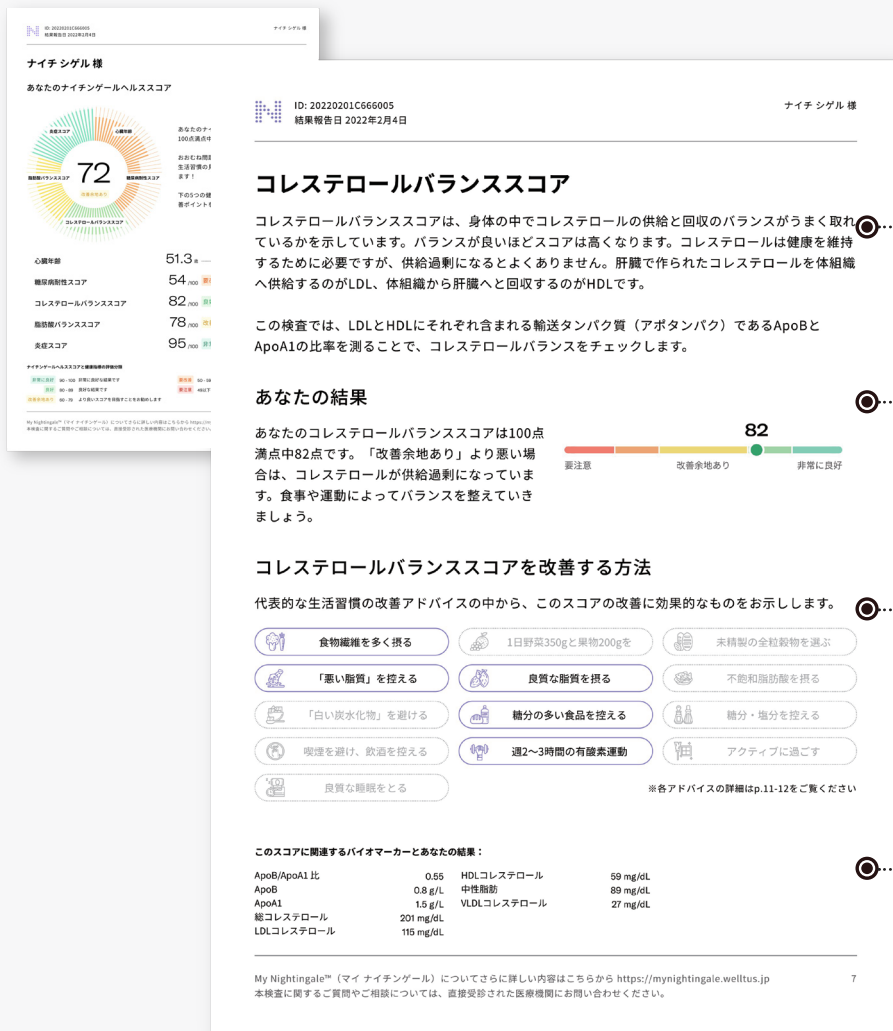
通常の健康診断・人間ドックの採血と同時に採血します。
採血前の絶食時間は健診のご案内をご参照ください。



③結果の報告

検査名「My Nightingale」と記載の結果報告書を郵送します。

レポートのイメージ（一部）



◎.....スコアの説明

独自に算出されたスコアの概要を説明します。

◎.....評価結果

100点満点でスコア化し、視覚的に分かりやすく表示します。

◎.....改善方法の説明

各スコアを改善するために取り組むべき運動や食事に関するアドバイスを提示します。

◎.....関連するバイオマーカー

各スコアの算出に使用されているバイオマーカーの一覧と実際の測定値を表示。



- 本検査は特定の病気の診断をするものではありません。健康状態または疾病の診断・治療については医療機関にご相談ください。
- 本検査結果は受診者の血液から測定したバイオマーカー（血液中に含まれる様々な成分）を分析することで、集団における統計的な傾向や、測定値が受診者と同様の人の結果を示すことを目的としており、受診者の健康状態や体質、病気を診断するものではありません。
- 現在妊娠中の方、病気をお持ちの方、治療中・投薬中の方は正確な結果が得られない可能性があります。
- 本検査のバイオマーカー測定結果は既存測定方法と同じ値にならない可能性があります。



My Nightingale
公式Webサイトはこちら