



ALBの働きと検査値



—ALB(アルブミン)とは—

- ・主に栄養状態を知る為の評価指標として使われます。
(院内での基準値は3.9-4.9g/dl)
- ・働き：浸透圧の調節
→血管内外の水分量を調節
物質の保持・運搬
→ビリルビン・酸性薬物・栄養素 等を運ぶ
抗酸化作用 等...

—データを見る際の注意点—

ALBは様々な要因で増減します。

【上昇】・脱水

【減少】・肝硬変やネフローゼ症候群、熱傷、CRP上昇

甲状腺機能亢進症 等の病態によるもの

・採血時の体位によるもの

臥位を基準に、座位で平均5%上昇、立位で13%上昇

→入院患者さんは基本臥位での採血なので

外来患者さんと比べ5%少ないこととなります



**栄養不良によって下がったALBは
食事で上昇させることができます**

特に肉類・魚介類・卵・乳製品といった
動物性タンパク質をとると良いといわれています。
ただしタンパク質ばかりでなく、脂肪・炭水化物
ミネラル・ビタミンをバランスよく摂ることが大事です。