

血液

血液常規檢查 CBC+DC

反映身體造血功能、免疫防禦與凝血機制的基礎地圖

偏高

通常暗示身體可能正處於**水分相對不足**（血液濃縮）、體內有**發炎或感染反應**（免疫細胞動員），或造血器官正處於過度活躍的狀態。

偏低

代表體內某些血球的數量不足。可能出現**頭暈疲勞**（紅血球不足）、**抵抗力變差**（白血球不足），或**皮膚容易瘀青、不易止血**（血小板不足）等訊號。

肝膽

麩胺酸丙酮酸轉氨酶 ALT (GPT)

評估肝細胞損傷最具「專一性」的關鍵指標

偏高

肝細胞目前正受到**刺激、處於發炎或受損狀態**，常見原因如飲食作息不當、脂肪堆積、特定藥物影響或體內發炎反應。

麩胺酸草醯乙酸轉氨酶 AST (GOT)

廣泛存在於肝臟、心肌及肌肉細胞中的代謝指標

偏高

相關組織細胞（如肝臟、心臟或肌肉）正處於**受損發炎或過度負荷狀態**。因其分布廣泛，通常需與ALT(GPT)數值合併觀察。

γ- 麩胺醯轉移酶 γ-GT

對酒精及藥物高度敏感的膽道與肝臟酵素

偏高

膽道系統的**排泄負荷增加**、或肝臟受到外來物質（如酒精、長期特定藥物或不當飲食）的**慢性刺激**。

胰臟

飯前胰島素 Insulin(AC)

觀察體內調控血糖「關鍵鑰匙」的分泌與耐受狀況

偏高

代表身體細胞對胰島素的**敏感度變差**（胰島素阻抗）。

偏低

代表體內製造**胰島素不足**，無法分泌足夠來幫忙調控血糖，導致體內的糖分無法被有效利用。

血脂

總膽固醇 T-CHOL

血液中所有脂肪成分的總和，血管健康的粗篩指標

偏高

代表體內製造或吸收的**脂肪總量超過代謝負荷**。除了個人體質、家族遺傳外，有時也暗示新陳代謝運作放慢。

偏低

代表體內原料**合成或吸收不足**，常見於營養長期攝取失衡、體質虛弱，或體內負責合成脂肪的器官（如肝臟）負荷過重的狀態。

三酸甘油酯 TG

俗稱中性脂肪，高度受到日常飲食與熱量影響

偏高

代表體內累積了過多未消耗的熱量，常見於**偏好精緻澱粉、飲酒、或新陳代謝運轉率下降者**。

高密度膽固醇 HDL-C

負責清理周邊血管垃圾的「好膽固醇」

偏低

代表血管內的清潔能力減弱、代謝效率降低，常見於**缺乏運動、肥胖、吸菸或特定代謝體質者**，會使**血管累積垃圾的風險增加**。

低密度膽固醇 LDL-C

容易沉積在血管壁、造成阻塞的關鍵指標「壞膽固醇」

偏高

代表體內流通的壞膽固醇過剩，容易沉積在血管內壁，使血管壁變厚失去彈性，進而**增加心血管系統出現突發性阻塞的風險**。

血糖

飯前血糖 AC-Sugar (mg/dL)

反映身體空腹狀態下，基礎血糖與胰島素分泌的平衡點

≥ 126

提示血糖調控系統（**胰島素**）已出現**顯著的阻抗或分泌不足**，細胞無法有效利用血糖。

100-125

代表血糖調控能力已開始亮黃燈，細胞工作效率變差。

< 70

提示體內能量暫時性不足。

糖化血色素 HbA1C (%)

呈現過去2-3個月內，體內血糖平均控制的「長期表現」

≥ 6.5

提示**長期血糖調控系統面臨失衡**，建議盡速至「內分泌新陳代謝科」門診，由專科醫師結合臨床症狀進行綜合診斷與照護指導。

5.7-6.4

代表血糖控制已開始亮黃燈，暗示調控能力變差。

癌篩

甲型胎兒蛋白 AFP

主要與肝臟細胞生長、修復或異常增生相關的特殊指標

偏高

肝臟受強烈發炎破壞後的細胞再生（**活動性肝炎**）、或體內有特定細胞正在**不正常快速增生**，此組織蛋白會大量釋放到血液中。