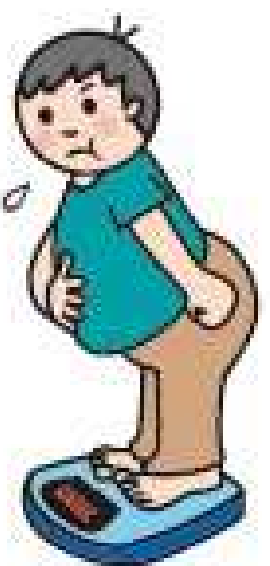




Q：メタボリックシンドロームってどんなもの？

A：内臓脂肪型肥満に加えて、脂質異常・血圧上昇・高血糖のうち2つ以上を合わせもった状態をメタボリックシンドロームと呼びます。内臓脂肪が過剰に蓄積すると、生活習慣病を併発しやすくなります。「血圧や血糖値が少し高め」といった、病気とは診断されない予備群でも、そのような因子を合わせ持つことで、10年後の動脈硬化性疾患（脳梗塞や心筋梗塞など）の危険度が、正常な人に比べ36倍も高くなるとされているのです。診断基準は、内臓脂肪型肥満が必須項目。厳密には腹部

のCT断層写真で判定しますが、内臓脂肪量に相関する数値として、ウエスト周囲径が男性85cm、女性90cm以上を診断基準としています。それに
①脂質異常（中性脂肪値150mg/dL以上、またはいわゆる善玉のHDLコレステロール値40mg/dL未満）
②血圧上昇（収縮期血圧130mmHg以上、または拡張期



血圧85mmHg以上）③高血糖（空腹時血糖値110mg/dL）のうち2つ以上を有することとされています。

（岡田俊一・おかだ内科クリニック院長、甲府市北口2-9-12、ニシコー北口駅前ビル2F）

☎0555・2888・1801