

表1 メタボリックシンドローム (MetS)の診断基準

内臓脂肪 (腹腔内脂肪) 蓄積

ウエスト周囲径(腹囲) 男性 ≥ 85 cm, 女性 ≥ 90 cm
 (内臓脂肪面積男女とも ≥ 100 cm²に相当)

上記に加えて, 以下のうちの2項目

上記に加え, 以下のうち2項目以上

・ 高トリグリセリド (TG) 血症 ≥ 150 mg/dl
 かつ/または

低 HDL コレステロール (HDL-C) 血症 < 40 mg/dl

・ 収縮期血圧 ≥ 130 mmHg
 かつ/または

拡張期血圧 ≥ 85 mmHg

・ 空腹時血糖 * ≥ 110 mg/ dl

・ メタボリックシンドローム(MetS)該当者: 腹囲+2項目以上

メタボリックシンドローム(MetS)該当予備者: 腹囲+1項目

* : HbA1c 値 5.2%以上 (特定健康診査における保健指導対象基準値/2008年)

[出典 メタボリックシンドローム(MetS)診断基準検討委員会, 2005]

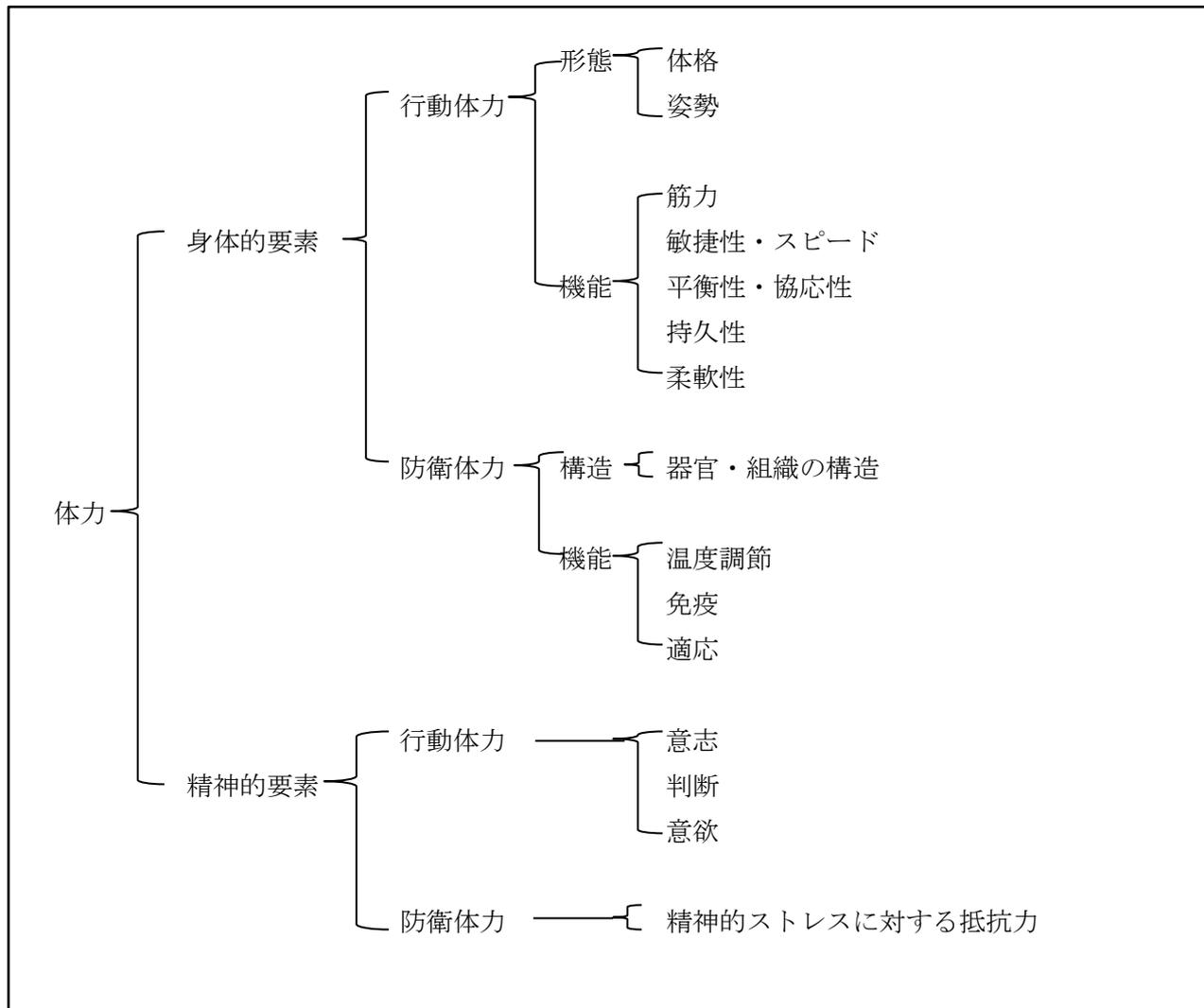


図 1 体力の構造

(猪飼, 1969)