

メタボリックシンドローム

メタボリックシンドロームとは

④内臓脂肪型肥満に加え、①脂質異常 ②高血圧 ③高血糖のうち2つ以上が組み合わさることにより、心臓病や脳卒中などになりやすい病態を指します。

④ 内臓脂肪型肥満

腹囲 男性 85cm以上
女性 90cm以上

※内臓脂肪面積100cm²以上相当

内臓脂肪型肥満



内臓脂肪

(腹側)

(背側)

皮下脂肪型肥満



皮下脂肪



① 脂質異常

中性脂肪 150mg/dl以上
かつ・または
HDLコレステロール 40mg/dl未満

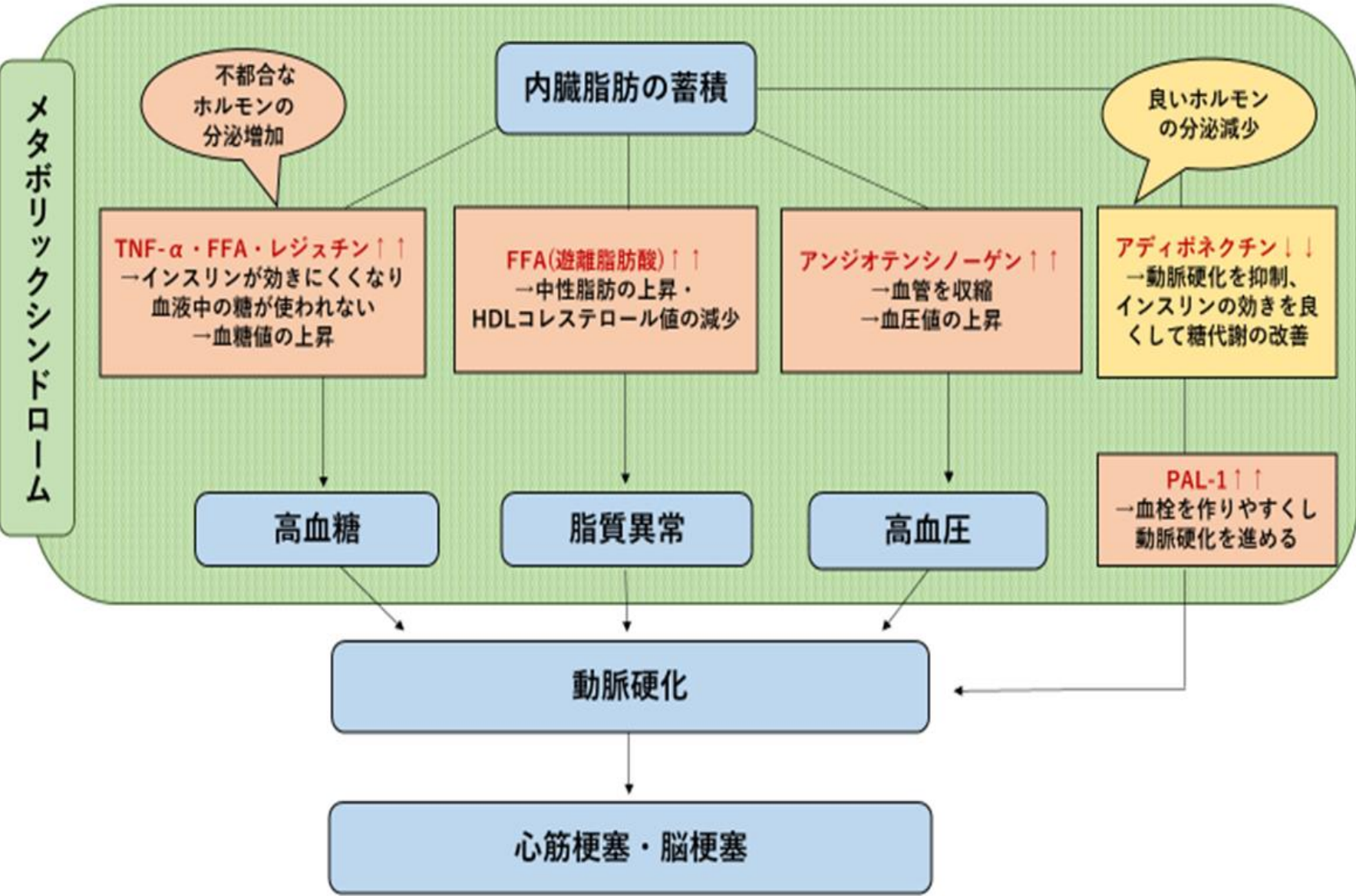
② 高血圧

収縮期血圧 130mmHg以上
かつ・または
拡張期血圧 85mmHg以上

③ 高血糖

空腹時血糖 110mg/dl以上

メタボリックシンドロームの状態を放置すると…



内臓脂肪が蓄積すると、内臓脂肪の細胞から分泌される物質の影響により、高血圧や高血糖、脂質異常などを引き起こしやすくなります。

これら内臓脂肪型肥満と高血圧や高血糖、脂質異常が重複し、その数が多くなるほど、動脈硬化を進行させる危険が高まるといわれています。

メタボリックシンドローム・動脈硬化による自覚症状はありませんが、そのまま放置しておくと心筋梗塞・脳梗塞など命に関わる病気の引き金になります。