

動脈硬化危険度

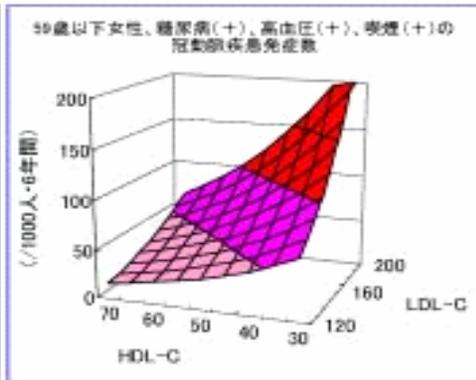
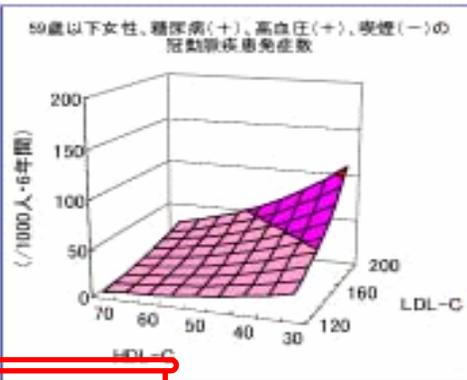
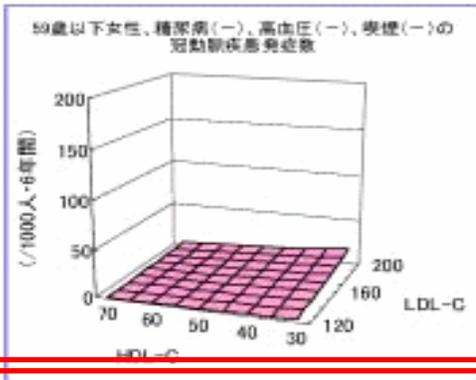
- 検査値のもつ重要度をわかりやすくするため、**メタボリックシンドローム**に**関係のある項目をピックアップ**して示した。

あなたの動脈硬化に関する調査



HOMA：インスリンの働き（抵抗性）を反映します。この数値が高いと、動脈硬化を起こしやすく、臓器への負担が大きくなります。

下記の3つのグラフは6年間に冠動脈疾患を発症する頻度を性別、年齢別、主要危険因子（糖尿病、高血圧、喫煙）の有無、LDL、HDLの値から示したものです（J-LITチャートより）。
同じコレステロール値でも糖尿病、高血圧、喫煙などの危険因子が重なると、発症率が高くなります。また、危険因子が重なる場合、高脂血症の程度が発症率に影響することを示しています。



(J-LITチャートより)

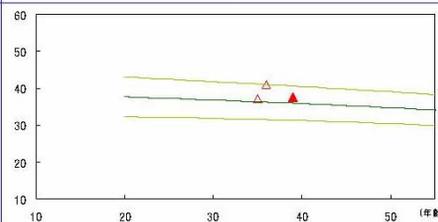
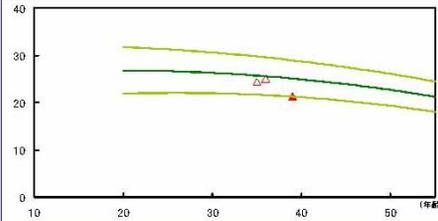
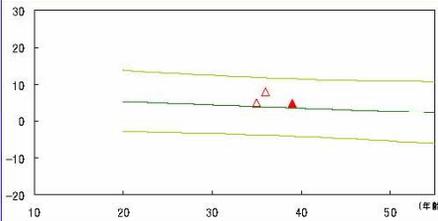
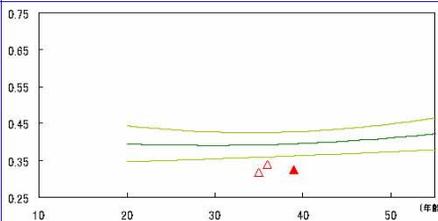
- **疫学データから、リスクの重なりと心血管疾患の関係を示した。**

体力測定結果

体力指標についても経過を確認できるようにした。このことにより、運動の効果を視覚的に確認できる。

また、体力の優劣よりも自分のレベルを客観的に判断できるようにした。

体力にはさまざまな要素があることを示している。

体力要素	測定項目	今回結果 (前回結果)	あなたの記録(経過)
全身持久力	推定最大酸素摂取量(ml/kg/min) 	37.50 (40.9)	
筋力	脚伸展パワー(ワット/kg) 	21.3 (25)	
柔軟性	長座体前屈(cm) 	5 (8)	
敏捷性	全身反応時間(秒) 	0.324 (0.338)	
平衡性	閉眼時外周面積(cm) 	3.62 (3.75)	