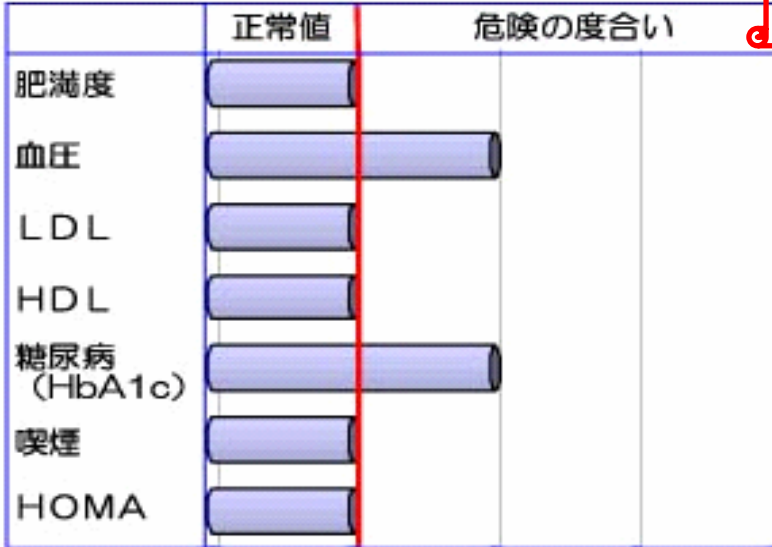


動脈硬化危険度

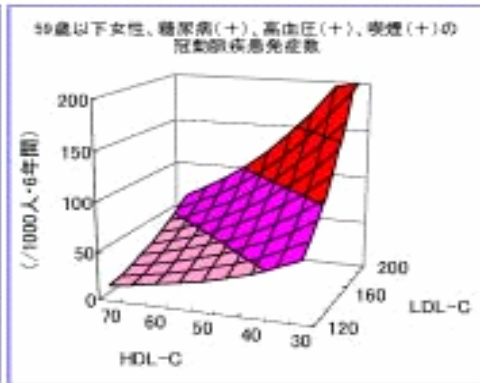
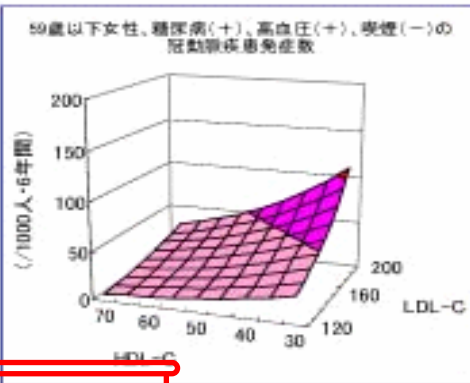
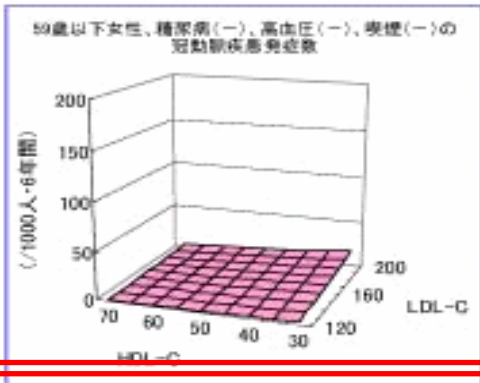
- 検査値のもつ重要度をわかりやすくするため、**メタボリックシンドローム**に**関係のある項目をピックアップ**して示した。

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)


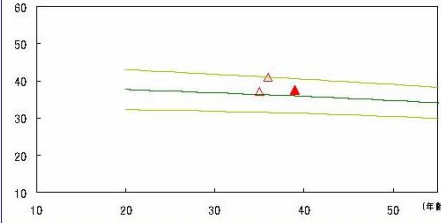

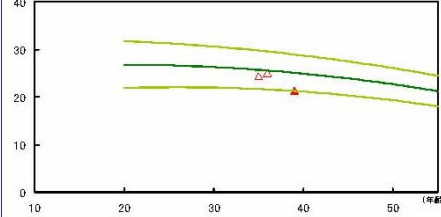
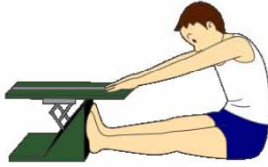
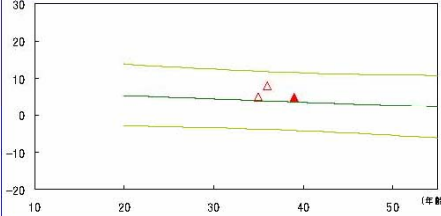

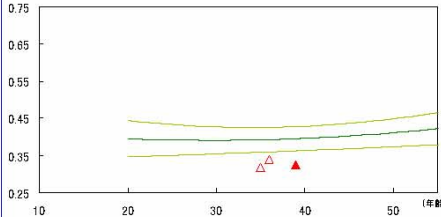

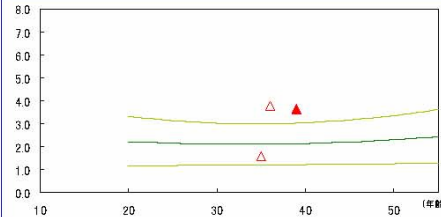
- **疫学データから、リスクの重なりと心血管疾患の関係を示した。**

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) |  |