

## 「メタボリックシンドローム」

### ～心筋梗塞や脳梗塞発症の危険性を高める内臓脂肪症候群

※「メタボリックシンドローム診断基準検討委員会」において、メタボリックシンドロームの診断基準が作成されました。日本内科学会が平成17年4月8日に公表しました。  
 ※「日本内科学会」「日本動脈硬化学会」「日本糖尿病学会」「日本高血圧学会」「日本循環器学会」「日本肥満学会」「日本腎臓病学会」「日本血栓止血学会」の8学会で構成されました。

#### 《メタボリックシンドローム診断基準》

##### 内臓脂肪の蓄積

ウエスト径周囲 男性 85cm以上  
 (へそ周り) 女性 90cm以上

これは男女ともに、腹部CT検査の内臓脂肪面積が100平方cm以上に相当

※CT検査で内臓脂肪を行うことが望ましい。  
 ※ウエスト径は①立った姿勢で、②息を吐いて、③へその位置に巻尺を水平にまいて測定する。



##### 内臓脂肪から分泌される物質の影響

内臓脂肪の蓄積で、分泌される悪い物質が増えて、血管の炎症や血栓を作りやすい状態をおこす。動脈硬化を抑える良い物質が減少して、動脈硬化が進みやすくなる。

##### ★血清脂質異常

①中性脂肪 150mg/dℓ以上  
 ②HDL コレステロール 40mg/dℓ未満  
 ①②のいずれか又は両方

##### ★高血圧

①最高(収縮期)血圧 130mm Hg 以上  
 ②最低(拡張期)血圧 85mm Hg 以上  
 ①②のいずれか又は両方

##### ★高血糖

空腹時血糖値 110mg/dℓ以上

内臓脂肪の蓄積に  
 ★ 2つ以上当てはまると、

メタボリック  
 シンドローム

※ この診断基準でメタボリックシンドロームと診断された場合には、血糖値が正常であっても、75グラム糖負荷試験を追加し、検査することを薦める。  
 ※ 高中性脂肪血症、低 HDL コレステロール血症、高血圧症、糖尿病で薬剤治療中の場合はそれぞれの項目にあてはまる。

#### 《その他の項目》

☀ 高尿酸血症 7.0mg/dℓ以上

メタボリックシンドロームによくみられる。特に高中性脂肪との合併。

☀ 微量アルブミン尿 30mg以上

腎臓の細動脈だけでなく、全身の血管内皮細胞の障害を反映するという考え方。

(『今回の「メタボリックシンドローム」の診断基準には入らないが、関係が強いもの』とされている2項目)