

基準はひとり一人違います。自分の基準値を確認しましょう

次の1～6までのうち当てはまるものに○印をし、○の数を数えます

1. 年齢が男性は45歳以上、女性は55歳以上ですか ()
2. 高血圧症ですか ()
3. 高血糖ですか ()
4. タバコを吸いますか ()
5. HDL コレステロール値が40未満ですか ()
6. 家族に心筋梗塞、狭心症の人がいますか ()

○の数が0個の人	→	Aを見てください
○の数が1～2個の人	→	Bを見てください
○の数が3個の人	→	Cを見てください

○の数に関係なく、次の病気がある人は該当する欄を見てください

- | | | |
|-----------------|---|-----------------|
| 糖尿病ですか | → | 「はい」の人はCを見てください |
| 脳梗塞になったことがありますか | → | 「はい」の人はCを見てください |
| 狭心症・心筋梗塞がありますか | → | 「はい」の人はDを見てください |

【動脈硬化ガイドラインカテゴリー別管理目標】

* 動脈硬化性疾患ガイドライン 2002 より

	脂 質			血 糖 1)		血 圧 2)		尿酸 3)
	LDL コレステロール	HDL コレステロール	中性脂肪	血糖値	HbA1c	上の 血圧	下の 血圧	
Aの人	159 以下	40 以上	149 以下	109 以下	5.4 以下 治療中 の人は 5.7 以下	139 以下	89 以下	6.9 以下
Bの人	139 以下							
Cの人	119 以下					129 以下 (糖尿病 の人)	79 以下 (糖尿病 の人)	
Dの人	99 以下					139 以下	89 以下	

1) 糖尿病学会、糖尿病治療ガイド(2004-2005)

2) 日本高血圧学会、高血圧治療ガイドライン(2004)

3) 日本痛風・核酸代謝学会

高尿酸血症・痛風の治療ガイドライン(2002)