

## 血管変化の予防の視点 ～ 私はどの段階にいるだろうか？

				1次	2次	3次	科学的根拠	
				発病を予防する	早期発見、早期治療をする。血管変化の予防	発病後、進行を抑制し、再発や重症化を防ぐ		
血管が傷む (動脈硬化の危険因子)	内臓肥満	BMI		～24.9	25.0～ ※資料9 肥満症参照		日本肥満学会(1999)	
		ウエスト周囲径		男性 85cm未満 女性 90cm未満	男性 85cm以上 女性 90cm以上			日本肥満学会肥満症診断基準検討委員会(2000)
		中性脂肪		～149	150～299	300～*	老人保健事業における循環器疾患指導区分に関する検討(2002)	
		HDLコレステロール		40以上	34～39	34以下*		
	インスリン抵抗性	血糖	空腹時	～109	110～125	126～	日本糖尿病学会(1999) 老人保健事業における糖尿病指導区分に関する検討(2002)	
			HbA1c	～5.4	5.5～6.0	6.1～		
		尿糖		(-)	(+)	(++)～		
	血管を傷つける	血圧	収縮期	～139	140～159	160～	日本高血圧学会： 高血圧ガイドライン(2004)	
			拡張期	～89	90～99	100～		
		尿酸		～6.9	7.0～7.9	8.0～	高尿酸血症・痛風の治療ガイドライン(2002)	
その他の動脈硬化危険因子	総コレステロール ( )内50歳以上女性		150～199 (150～219)	200～239 (220～259)	*240～ (260～)	老人保健事業における循環器疾患指導区分に関する検討(2002)		
	LDLコレステロール		～139	140～159	160～			
血管変化	血管の損傷がわかる項目	心電図		異常なし	軽度所見あり	要医療	老人保健事業における循環器疾患指導区分に関する検討(2002)	
		眼底検査		H0S0	H1S1	H2S2～H3S3		
		尿蛋白		(-)	(+)	(++)～		
		クレアチニン		男 ～1.29 女 ～1.19	男 1.30～1.99 女 1.20～1.99	2.0～	日本高血圧学会： 高血圧ガイドライン(2004)	

※別紙 動脈硬化ガイドラインカテゴリー別管理目標も参照する