

メタボリックシンドローム 判定基準 (厚生労働省基準による)

I. 腹囲

男性 \geq 85cm 女性 \geq 90cm

II. 追加リスク

①血糖

空腹時血糖(FBS)110mg/dl以上

②脂質

中性脂肪(T-G)150mg/dl以上 または HDLコレステロール 40mg/dl未満

③血圧

収縮期 130mmHg以上 または 拡張期 85mmHg以上

III. メタボリックシンドローム判定

I 腹囲	II ①血糖 ②脂質 ③血圧	III メタボリックシンドローム判定
男性 \geq 85cm	2項目	該当
女性 \geq 90cm	1項目	予備軍
	0項目	非該当

※ 高血圧、糖尿病、脂質異常症で治療を受けている場合は、それぞれの項目にカウントします。

特定保健指導 階層化基準 (厚生労働省基準による)

I. 腹囲とBMIで内臓脂肪蓄積のリスクを判定する

腹囲:男性 \geq 85cm 女性 \geq 90cm

腹囲:男性<85cm 女性<90cm かつ BMI \geq 25

II. 追加リスクをカウントする

①血糖

空腹時血糖(FBS)100mg/dl以上 または HbA1c 5.6%以上
または 随時血糖(BS)100mg/dl以上

②脂質

中性脂肪(T-G)150mg/dl以上 または HDLコレステロール 40mg/dl未満

③血圧

収縮期 130mmHg以上 または 拡張期 85mmHg

④喫煙

喫煙歴あり ※上記①~③で1つ以上該当の場合にのみカウント

III. 特定保健指導 ※ 高血圧、糖尿病、脂質異常症で服薬中の方は主治医の指導とし、特定保健指導の対象外です。

腹囲・BMI	追加リスク		特定保健指導階層化	
	①血糖 ②脂質 ③血圧	④喫煙	40~64歳	65~74歳
男性 \geq 85cm 女性 \geq 90cm	2つ以上該当		積極的支援	動機づけ支援
	1つ該当	あり		
	該当なし	なし	情報提供(指導には該当しません)	
上記以外で BMI \geq 25	3つ該当		積極的支援	動機づけ支援
	2つ該当	あり		
	1つ該当	なし	情報提供(指導には該当しません)	
	該当なし			