

参考資料

- 用語解説・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・45
- 「循環器病」及び「がん」分野の解説・・・・・・・・47
- 目標値設定の考え方・・・・・・・・・・・・・・・・51
- 平成18年宮城県県民健康・栄養調査の概要・・・・・・・・54
- みやぎ21健康プラン推進協議会条例・委員名簿・・・・・・・・56
- みやぎ21健康プラン見直し検討会設置要綱・構成員名簿・・・・・・・・58
- みやぎ21健康プラン（改定版）策定の経過・・・・・・・・60

用語解説

○メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）

平成17年4月に日本動脈硬化学会，日本糖尿病学会等の8学会において，その概念と診断基準が示されたもので，内臓脂肪が蓄積することによって，血圧，血糖が高くなったり，血中の脂質異常を起こしたりして，食事や運動などの生活習慣を改善しなければ，心筋梗塞や脳卒中などが起こりやすくなる状態のこと。

（参考）

〈メタボリックシンドロームの診断基準〉

（日本動脈硬化学会，日本糖尿病学会，日本高血圧学会，日本肥満学会，日本循環器学会，日本腎臓病学会，日本血栓止血学会，日本内科学会 2005年4月）

内臓脂肪蓄積に加え，下記の2つ以上の項目に該当する場合。

（*該当するとは，下記の基準を満たしている場合，かつ/または服薬がある場合）

①腹囲（ウエスト周囲径）
【男性：85cm以上 女性：90cm以上】

②血糖

- ・空腹時血糖値110mg/dl以上
- ・糖尿病に対する薬物治療

③血圧

- ・収縮期血圧130mmHg以上かつ
または拡張期血圧値85mmHg以上
- ・高血圧に対する薬物治療

④血中脂質

- ・中性脂肪値150mg/dl以上
- ・HDLコレステロール値40mg/dl未満
- ・高トリグリセライド血症に対する薬物治療
- ・低HDLコレステロール血症に対する薬物治療

*なお，平成18年県民健康・栄養調査では，空腹条件での採血が困難なため，上記のメタボリックシンドローム診断基準項目である②空腹時血糖値及び④中性脂肪値の検査値は用いていない。

そのため，判定方法は，②については，ヘモグロビンA1c,④については，HDLコレステロールにより行っている。（「都道府県健康・栄養調査マニュアル」（平成18年6月 厚生労働省健康局総務課生活習慣病対策室）による）

○メタボリックシンドローム予備群

ウエスト周囲径（男性85cm以上，女性90cm以上）かつ，次の3項目のうち1つに該当する者。

- ①中性脂肪値150mg/dl以上，または，HDLコレステロール値40mg/dl未満，もしくはコレステロールを下げる薬服用
- ②収縮期血圧値130mmHg以上，かつ/または拡張期血圧値85mmHg以上，もしくは血圧を下げる薬服用
- ③空腹時血糖値110mg/dl以上，または，ヘモグロビンA1c値5.5%以上，もしくはインスリン注射または血糖を下げる薬服用

○メタボリックシンドローム該当者

ウエスト周囲径（男性85cm以上，女性90cm以上）かつ，次の3項目のうち2つ以上に該当する者。
上記①～③と同じ

○肥満者（BMIと腹囲による）

下記の①から③の該当者の合計。

- ①BMIが25以上で腹囲男性85cm以上、女性90cm以上
- ②BMIのみ25以上
- ③腹囲のみ基準値以上

○糖尿病予備群・有病者

予備群：空腹時血糖110mg/dl以上126mg/dl未満、またはヘモグロビンA1c 5.5%以上6.1%未満の者。ただし、インスリン注射または血糖を下げる薬の服用者を除く。

有病者：空腹時血糖126mg/dl以上、またはヘモグロビンA1c 6.1%以上であるか、インスリン注射または血糖を下げる薬を服用している者。

○高血圧症予備群・有病者

予備群：①収縮期血圧が130mmHg以上140mmHg未満、かつ拡張期血圧が90mmHg未満である者。

②収縮期血圧が140mmHg未満かつ拡張期血圧が85mmHg以上90mmHg未満である者。

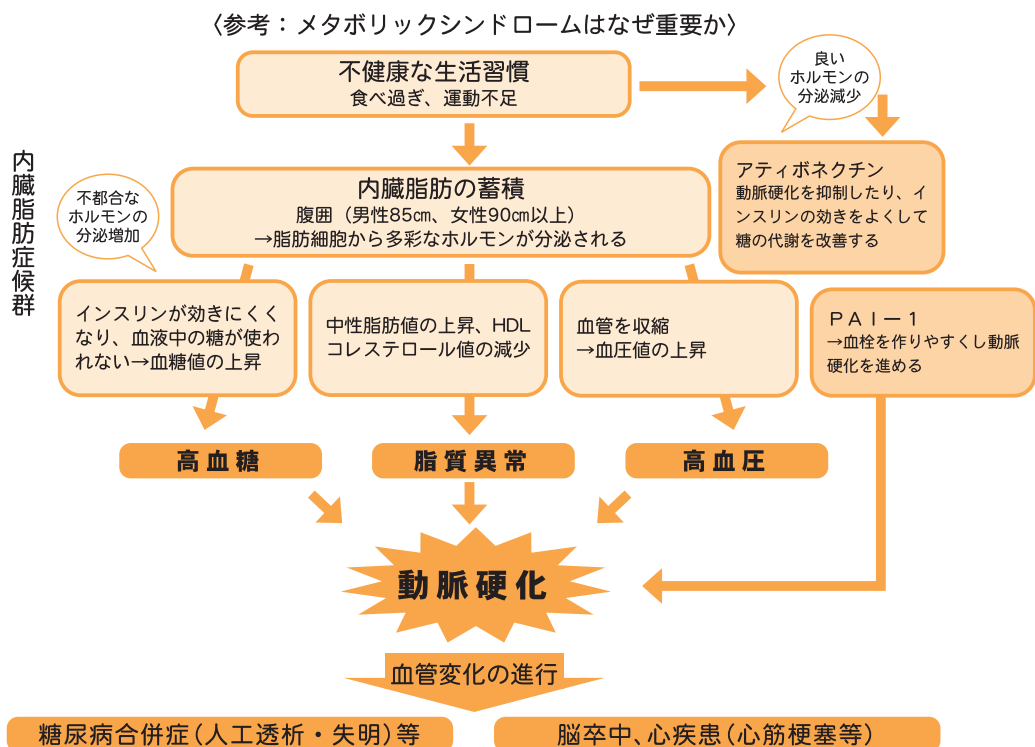
ただし、血圧を下げる薬の服用者を除く。

有病者：収縮期血圧が140mmHg以上、または拡張期血圧が90mmHg以上の者、もしくは血圧を下げる薬を服用している者。

○脂質異常症（高脂血症）有病者

中性脂肪150mg/dl以上、またはHDLコレステロール40mg/dl未満、またはLDLコレステロール140mg/dl以上、もしくはコレステロールを下げる薬を服用している者。

（注）上記の基準は、「都道府県健康増進計画改定ガイドライン」（平成19年10月厚生労働省健康局）の「都道府県健康増進計画参酌標準」の定義に基づくもの。



資料：「保健指導における学習教材集」より