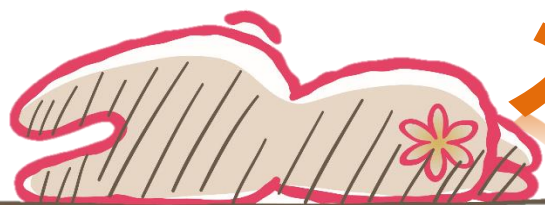


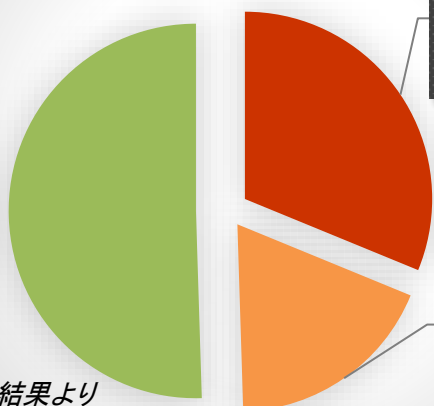
もしかしてメタボ？

メタボ予備軍？



メタリックシンドロームとは、内臓肥満に高血圧・高血糖・脂質代謝異常が組み合わさり、心臓病や脳卒中などの動脈硬化症疾患をまねきやすい病態です。

男性

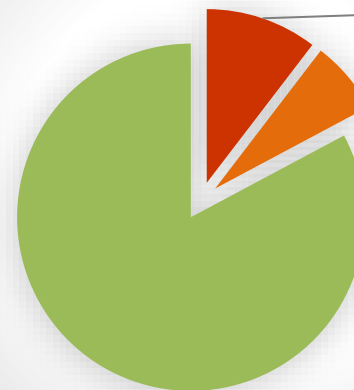


メタボ該当者,
31.2%

メタボ予備軍,
18.3%

令和元年度
立川市特定健診結果より

女性



メタボ該当者,
10%

メタボ予備軍,
6.8%

令和元年度
立川市特定健診結果より

メタボの基準

- ①
男性 腹囲 **80** cm以上
女性 腹囲 **90** cm以上

+

- ②
・収縮期血圧 130 mmHg以上 または 拡張期血圧 85 mmHg以上
・空腹時血糖 110 mg/dL以上
・中性脂肪 150 mg/dL以上 または HDLコレステロール 40 mg/dL未満

- ①+②が2項目以上
→ **メタボ該当者**
①+②が1項目
→ **メタボ予備軍**