

◎メタボリックシンドロームの判定基準について（8学会基準）

関係項目は健診記録票で□印で示されています。

メタボリックシンドローム（内臓脂肪症候群）とは、おなか周りが太くなる内臓脂肪型肥満に加えて、高血圧、脂質異常、高血糖のうちいずれか2つ以上をあわせもった、動脈硬化を引き起こしやすい状態をいいます。

①腹囲	男性 85cm以上 女性 90cm以上
【内臓脂肪（腹腔内脂肪）蓄積の状態】男女とも $\geq 100\text{cm}^2$ 相当	
②血圧：収縮期血圧 または拡張期血圧	130mmHg以上 85mmHg以上
③脂質：中性脂肪(TG) 〔メタボリックシンドローム判定においては、空腹時採血でない場合も脂質は当該基準を用いて判定する。特定保健指導判定基準とは異なるので注意。〕 またはHDLコレステロール	150mg/dl以上 40mg/dl未満
④血糖：空腹時血糖（注1）	110mg/dl以上

（注1）食後10時間以上の空腹時血糖でない場合は、ヘモグロビンA1c(NGSP値)6.0%以上の値を使用

高TG血症・低HDLコレステロール血症・高血圧・糖尿病に関する薬剤治療を受けている場合、それぞれの項目に含める。

メタボ判定	1 基準該当	①に加え②③④のうち2項目以上該当
	2 予備群該当	①に加え②③④のうち1項目該当
	3 非該当	上記に該当しない場合
	4 判定不能	測定できない場合など

◎特定保健指導判定基準について

関係項目は健診記録票で◇印で示されています。

特定保健指導とは特定健診の結果から、以下の基準で「積極的支援」又は「動機付け支援」の対象者が判定され、専門職（医師・保健師・管理栄養士等）の支援を受け、生活習慣を改善するプログラムです。**血圧・脂質・血糖について治療中の方は特定保健指導の対象から除かれ**、主治医のもとでの指導が継続されます。

腹囲 男性85cm以上 女性90cm以上	追加リスク			喫煙	対象	
	①血圧	②脂質	③血糖		40～64歳	65～74歳
	2つ以上該当					積極的支援
1つ該当			あり なし			
上記以外で BMI 25以上	3つ該当				積極的支援	動機付け支援
	2つ該当			あり なし		
	1つ該当					
追加リスク	①血圧:収縮期血圧130mmHg以上又は拡張期血圧85mmHg以上 ②脂質: <u>空腹時中性脂肪150mg/dl以上</u> 又はHDLコレステロール40mg/dl未満 やむを得ず空腹時以外に採血を行う場合は、 <u>随時中性脂肪(食後10時間未満)175mg/dl以上</u> とする。メタボリックシンドローム判定基準とは異なるので注意。 ③血糖:空腹時血糖100mg/dl以上(又はヘモグロビンA1c(NGSP値)5.6%以上) 〔空腹時血糖及びヘモグロビンA1c(NGSP値)の両方を測定している場合、空腹時血糖の値を優先する。〕 やむを得ず空腹時以外に採血を行い、ヘモグロビンA1cを測定しない場合には、 <u>食直後を除く随時血糖(食後3.5時間以上10時間未満)100mg/dl以上</u> とする。 ★①～③の治療のため薬を内服している人は、特定保健指導の対象外					
喫煙	質問票の8「現在、たばこを習慣的に吸っていますか。」の回答が「1あり」の場合に喫煙ありとする。回答が「2以前は吸っていたが、最近1か月は吸っていない」の場合は喫煙なしとして扱う。 (「習慣的な喫煙」とは過去に計100本以上又は6か月以上吸っていて、かつ最近1か月間も吸っている状態)					