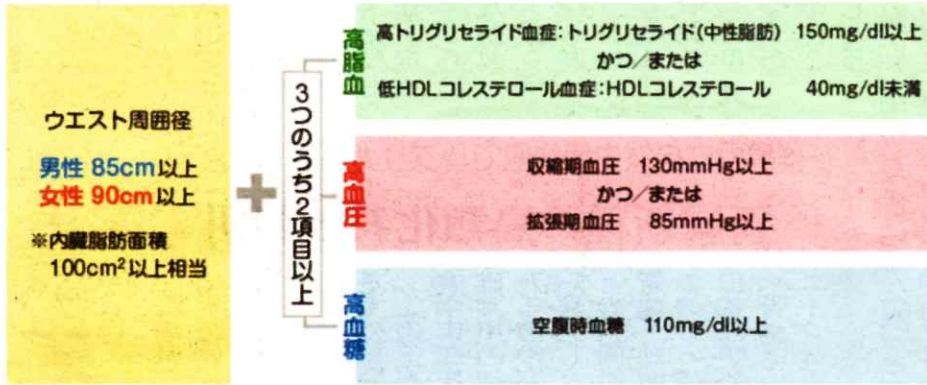


メタボリックシンドロームの診断基準



厚生労働省生活習慣病予防のための健康情報サイト (e-ヘルスネット) から引用

た。また、メタボリックシンドローム(メタボ)の本態は内臓脂肪であり、内臓脂肪の蓄積が動脈硬化の進行に重要な役割を果たすと説明しました。内臓脂肪の蓄積が基盤ですので、図のように、腹囲が男性で85センチ以上、女性で90センチ以上ある方が対

象となります。さらに、脂質異常、高血糖、高血圧のうち2項目が該当するとメタボと診断されます。食べた糖質や脂肪のうち、エネルギーとして使われなかったものは、中性脂肪となり、その大部分は皮下脂肪として蓄えられ、肥満の原因となります。また、中性脂肪は肝臓の細胞に取り込ま

れやすく、脂肪肝の原因になります。血液中のコレステロールには、善玉(HDL-C)と悪玉(LDL-C)の2種類があり、LDL-Cは動脈壁に蓄積し、動脈硬化を進めますが、HDL-Cは動脈壁に付着したLDL-Cを積極的に抜き取る良い働きがあります。HDL-Cが低下する原因の一つに内臓脂肪の蓄積があるので問題になります。高血圧も動脈硬化を進行させる大きな要素なので、メタボではより低い段階(130未満)から異常として扱われます。

食物に含まれる糖質は、胃から小腸を経由して最終的にブドウ糖などの単糖類となり、腸から吸収され、肝臓に運ばれます。肝臓ではブドウ糖をグリコーゲンとして蓄えますが、グリコーゲンは必要に応じて、ブドウ糖に分解され、測定値が許容範囲内でも異常として扱われます。また、脂質

血糖値(血液中のブドウ糖濃度)を調節して、血糖値が110を超えていると、インスリンの働きが悪くなっていると考

えられます。これらの基準は、いづれも治療を受けていない場合の数値です。治療を受けている場合には、測定値が許容範囲内でも異常として扱われます。また、脂質

◆毎週月曜連載 桐生大学・桐生大学短期大学部副学長の山科章さんは、同大学医療保健学部の学生などに講義も開講している。

⑥2 メタボリックシンドロームの診断基準

人生100年時代の健康管理
桐生大学 桐生大学短期大学部副学長 山科章



【プロフィール】広島県生まれ。1976年広島大学医学部卒業後、聖路加国際病院内科勤務。99年東京医科大学循環器内科主任教授。2020年5月から現職。総合内科専門医、日本循環器学会専門医、前日本循環器病予防学会理事長。

前回、「内臓脂肪と皮下脂肪」というタイトルで内臓脂肪と腹囲との関係を紹介しまし

象となります。さらに、脂質異常、高血糖、高血圧のうち2項目が該当するとメタボと診断されます。

保健・福祉

インフルくん&コロナちゃん④

みなさん、こんにちは！ボクはインフルくん。ハシライヤ、むしあつい、ハシリツユのきせつが、ぐずぐずんこうがふえてきた。そのなかでスポーツやイベント、リョコウなど、ヒトのうごきはカッパツになってきているネ。ジシユクからきゅうにかつどうしはじめて、タイチヨウフリオウになるヒトもチラホラ。きをつけましょう！

そのなかでコロナちゃん、シナイではいちにち30から60にんくらいのかんせんしゃがでてる

はやってる病気は?

ね。タイプがBA2におきかわってきていて、こどものかんせんしゃはイセンおおいヨ。ホイクエンのクラスターもあつた。カンセンがしんばいなたは、かかりつけのおいしやさんにそうだんしよう！セイフはジョウケンによつてはマスクしなくてもいいなんていつてる。なかなかむずかしいなア。このときシンウルトラマンがたすけにきてくれたらなあ。

コロナちゃんのワクチンさいんかいめ、シキユウケイカンのワクチン、できたらうちましよう。それじゃまたね。つづく。

(23日、桐生市医師会)

群馬県の感染症サーベイランス (5月9〜16日)

疾病名	3週間報告数	2週間報告数	1週間報告数	今週の報告数
インフルエンザ	1	0	0	0
RSウイルス感染症	0	2	0	0
咽頭結核熱	4	1	2	6
A群溶連菌咽頭炎	17	4	1	10
感染性胃腸炎	301	250	170	207
水痘	3	2	5	7
手足口病	16	20	14	6
伝染性紅斑	0	2	3	4
突発性発疹	13	24	21	19
ヘルパンギーナ	1	2	0	3
流行性耳下腺炎	1	4	0	3
急性出血性結膜炎	0	0	0	0
流行性角結膜炎	0	1	6	1
細菌性髄膜炎	0	0	0	0
無菌性髄膜炎	0	0	0	0
マイコプラズマ肺炎	0	0	0	0
クラミジア肺炎	0	0	0	0
感染性胃腸炎(ロタウイルス)	0	0	0	0
インフルエンザ(入院患者)	0	0	0	0
風疹	0	0	0	0
麻疹	0	0	0	0
百日せき	0	0	0	0

広告 「STOP! 突然死」——。桐生タイムス 心肺蘇生・AED事業 協賛各社 ◇協賛事業所様随時募集中…詳細は☎0277-46-2511 桐生タイムス社まで

AED設置施設 私たちはAEDを設置し安全確保に努めています
公共施設ほか、その他の設置状況についてはインターネット等で公開されています。

社会福祉法人梅田福祉会
梅の郷
TEL: 0277-20-5055
桐生市梅田町4丁目1774-4

内科・小児科 **志鳥クリニック**
みどり市笠懸町鹿4650 笠懸幼稚園角 ☎0277-76-9998

DARWIN
ほけんの窓口
5店舗に設置しています
桐生店 ☎0120-113-692
ジョイフル本田ニコムール太田店・前橋国領店・ガーデン前橋店・フォレストモール新前橋店

一般社団法人 群馬県損害保険代理業協会正会員
火災・自動車・傷害・生命保険・その他各種保険取り扱い
株式会社 アイホケン
〒376-0027 桐生市元宿町21-10
TEL(0277)45-1177 FAX(0277)45-1178

万が一のときは桐生ガスプラザに設置されたAEDをご利用下さい
桐生中央商店街
本町4丁目～本町5丁目 (美喜仁付近) (コパトラ薬局付近)

会員募集中 フィットネス施設 体験無料
スポーツクラブ 山前
お申し込み・お問い合わせ
足利市山下町1281 TEL.0284-65-4310

あすかホールグラウンドゴルフ場
みどり市笠懸町阿左美1572-1

武藤接骨院
桐生市宮前町1丁目4-15 ☎0277-22-4667

和膳 TATSU KICHI
桐生市新宿3丁目13-10
0277-44-3525
大小宴会承ります

株式会社 **青姫**
サービスうてな
住宅型有料老人ホーム うてなタウン
TEL.0277-52-2497

サービス **田福庵**
桐生市菱町3丁目2044-8 ☎0277-20-8581