

脂質異常症

- (1) LDLコレステロールが多いタイプ
(高LDLコレステロール血症)
- (2) HDLコレステロールが多いタイプ
(高HDLコレステロール血症)
- (3) トリグリセライド(中性脂肪)が多いタイプ
(高トリグリセライド血症)

メタボリックシンドロームの診断基準

内臓脂肪(腹腔内脂肪)蓄積

ウエスト周囲径

男性 ≥ 85 cm

女性 ≥ 90 cm

(内臓脂肪面積 男女とも $\geq 100\text{cm}^2$ に相当)

上記に加え以下のうち2項目以上

高トリグリセライド血症

≥ 150 mg / dl

かつ / または

低HDLコレステロール血症

< 40 mg / dl

男女とも

収縮期血圧

≥ 130 mmHg

かつ / または

拡張期血圧

≥ 85 mmHg

空腹時高血糖

≥ 110 mg / dl

メタボリックシンドロームの診断基準

内臓脂肪(腹腔内脂肪)蓄積

ウエスト周囲径

男性 ≥ 85 cm

女性 ≥ 90 cm

(内臓脂肪面積 男女とも $\geq 100\text{cm}^2$ に相当)

上記に加え以下のうち2項目以上

高トリグリセライド血症

> 150 mg / dl

低HDL

収縮

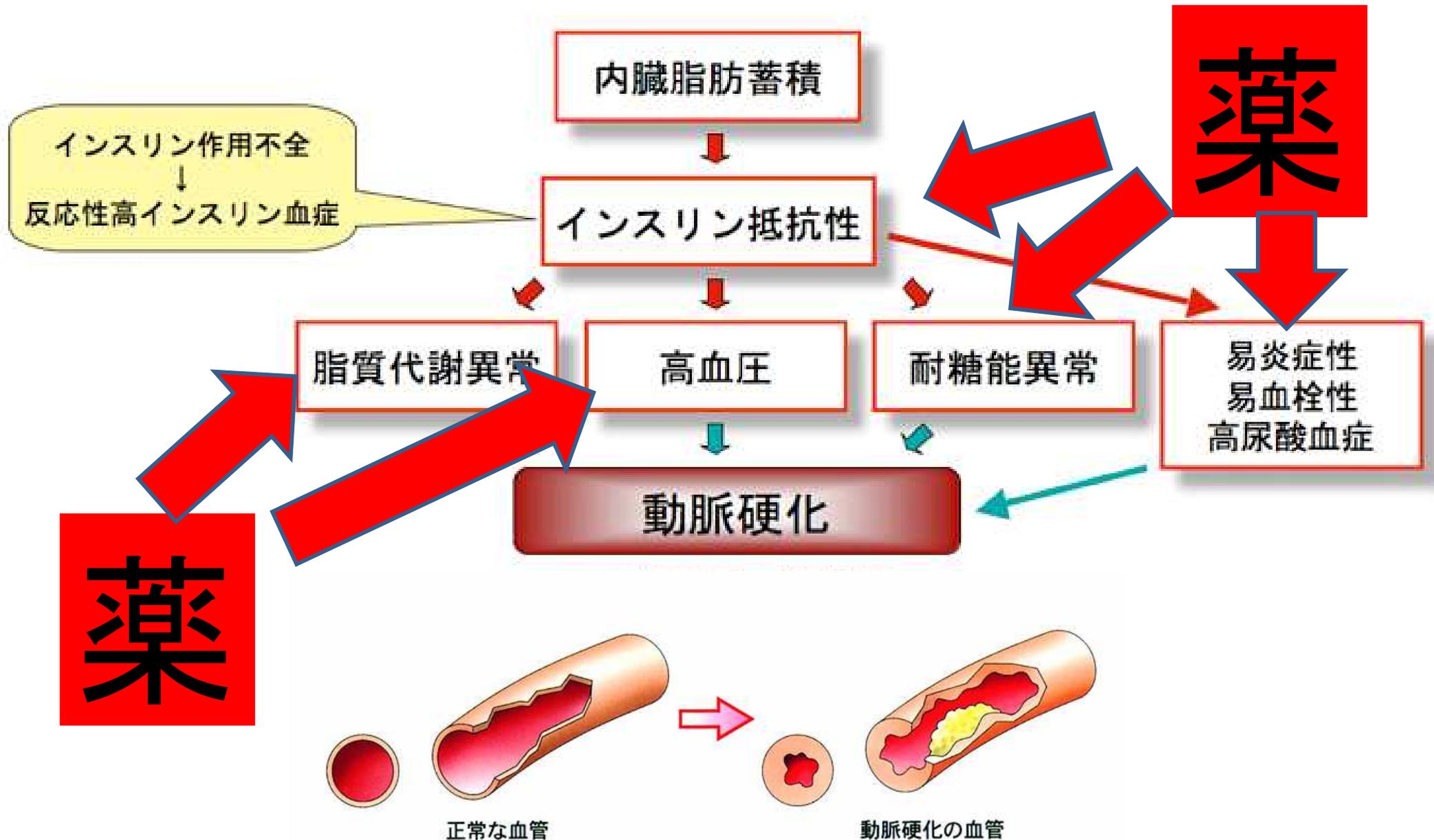
拡張

空腹時高血糖

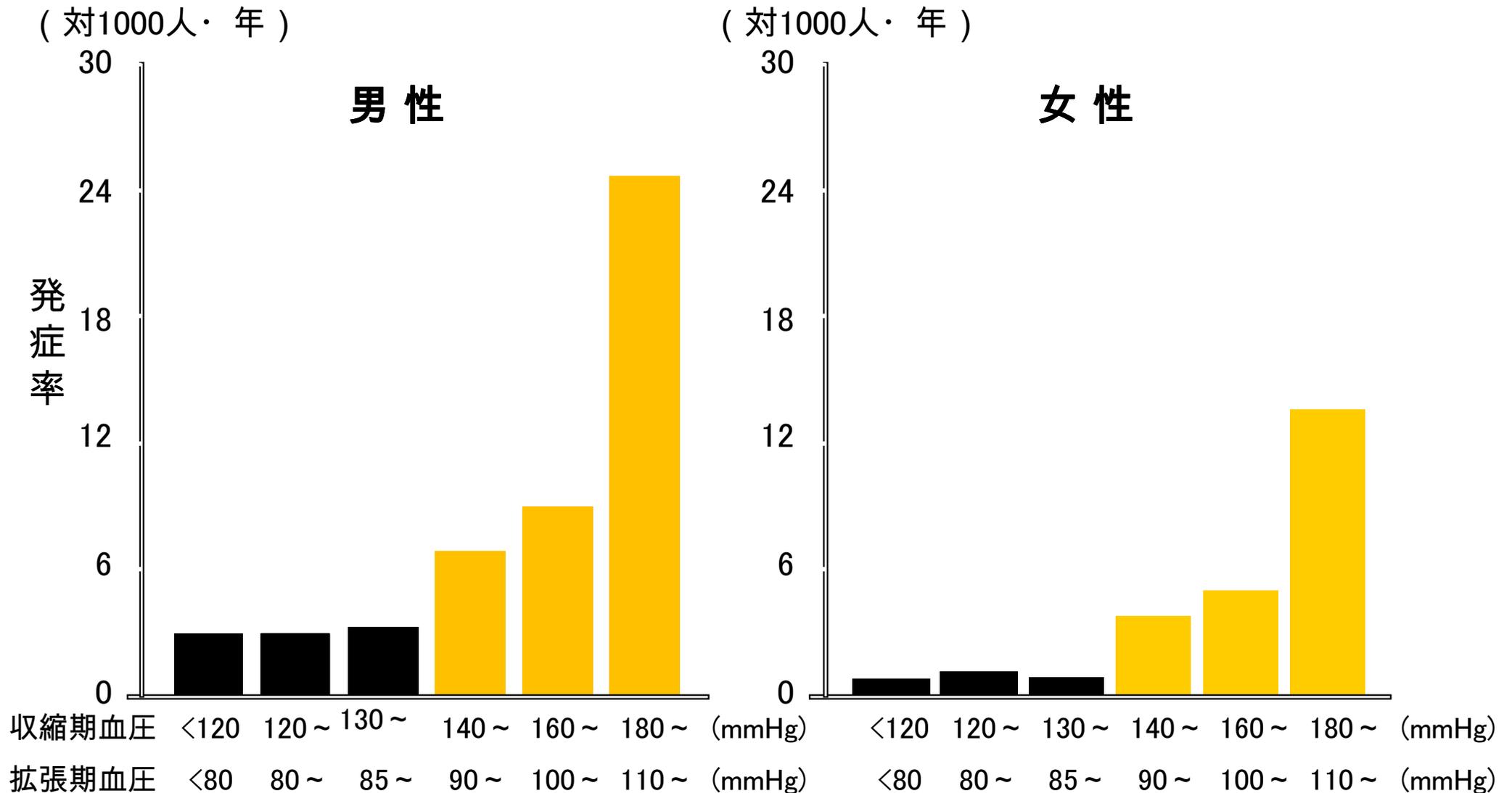
≥ 110 mg / dl

食事，運動で改善しないものについては，積極的に薬を使うべき

メタボリックシンドロームに、どう対処するのか？

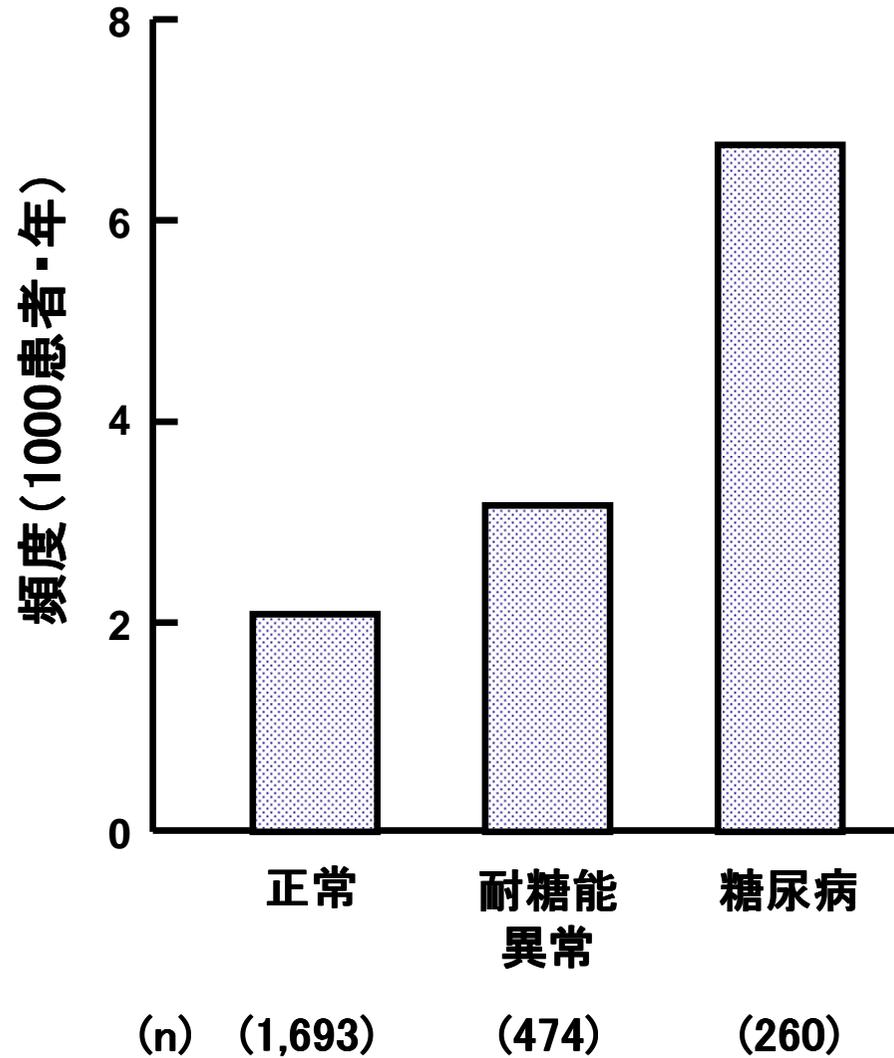


血压分類別にみた脳梗塞発症率 久山町住民降圧薬非服用者、年齢調整(1961-1993年)

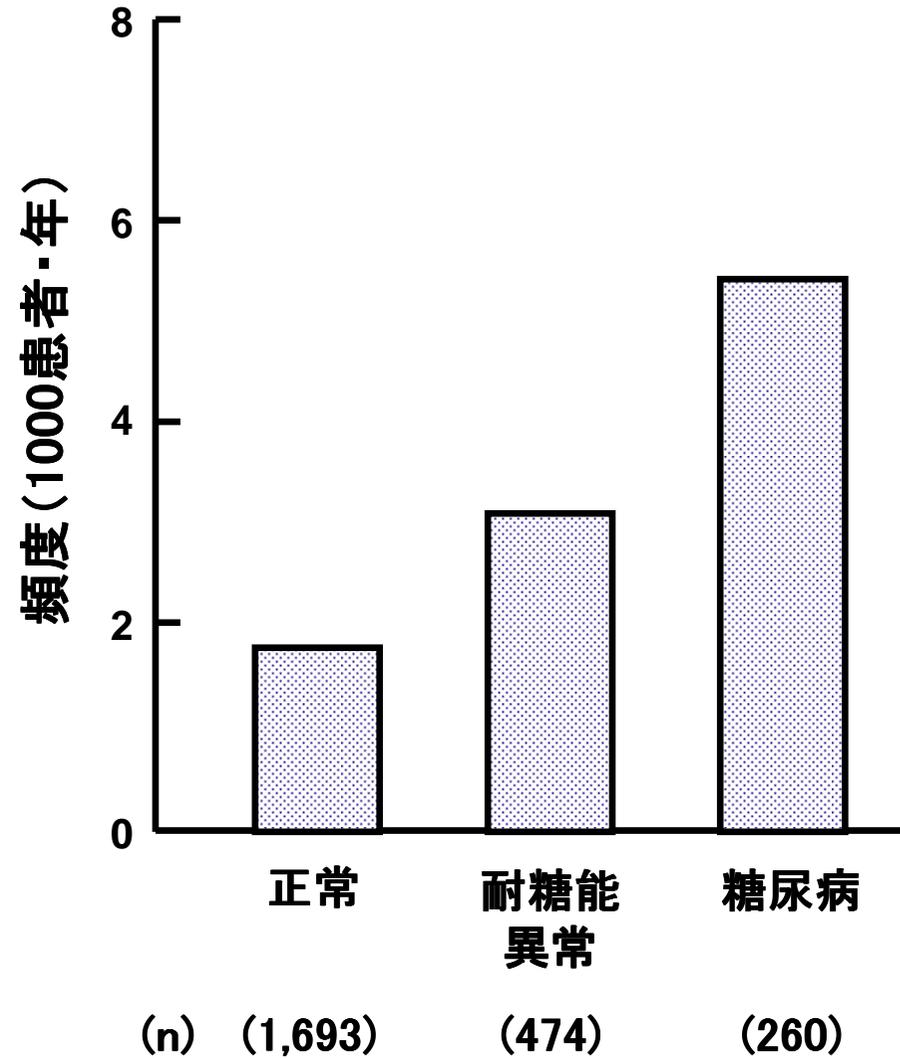


久山町研究における糖尿病患者と心血管疾患発生率

脳 梗 塞

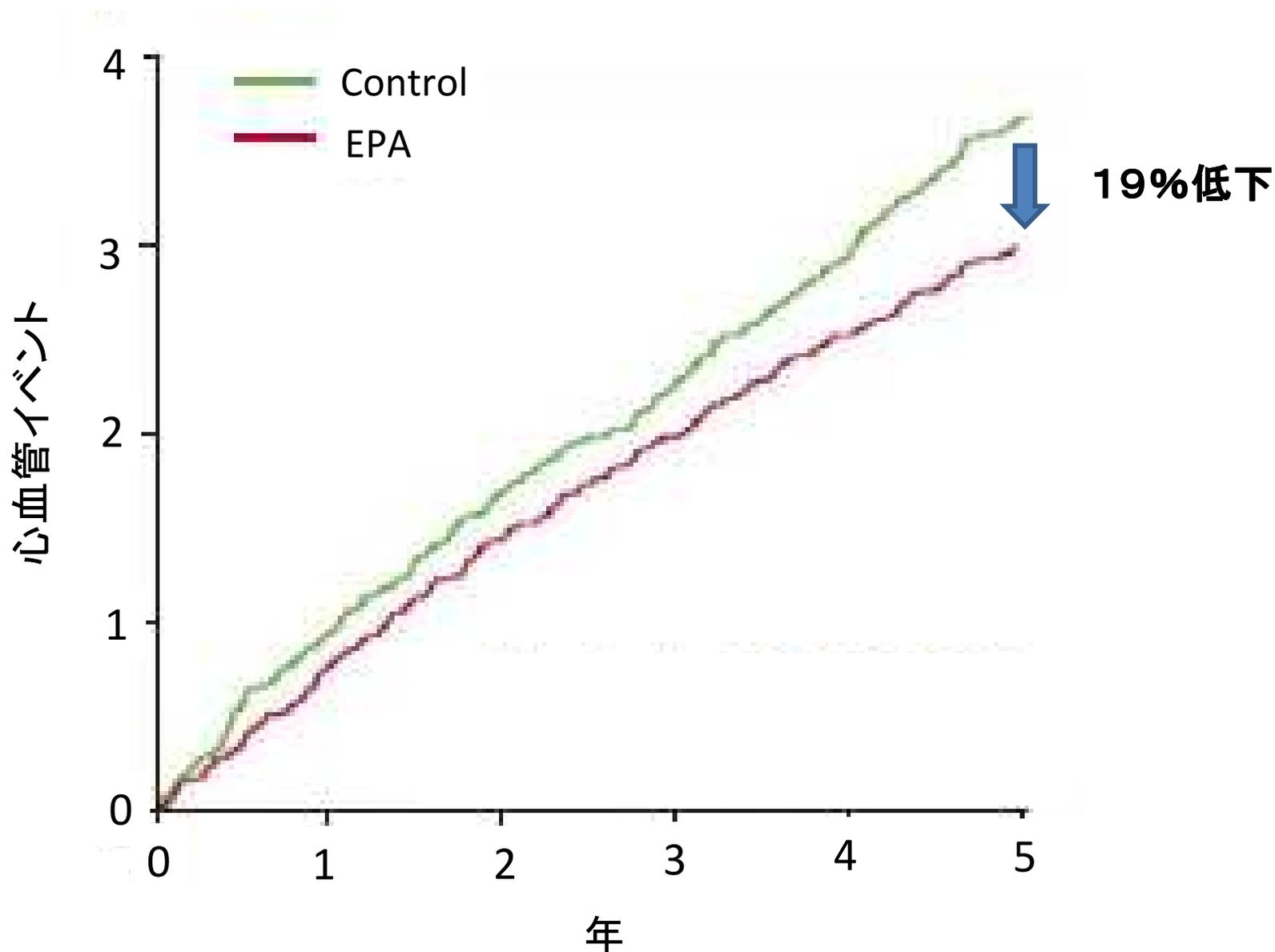


冠 動 脈 疾 患

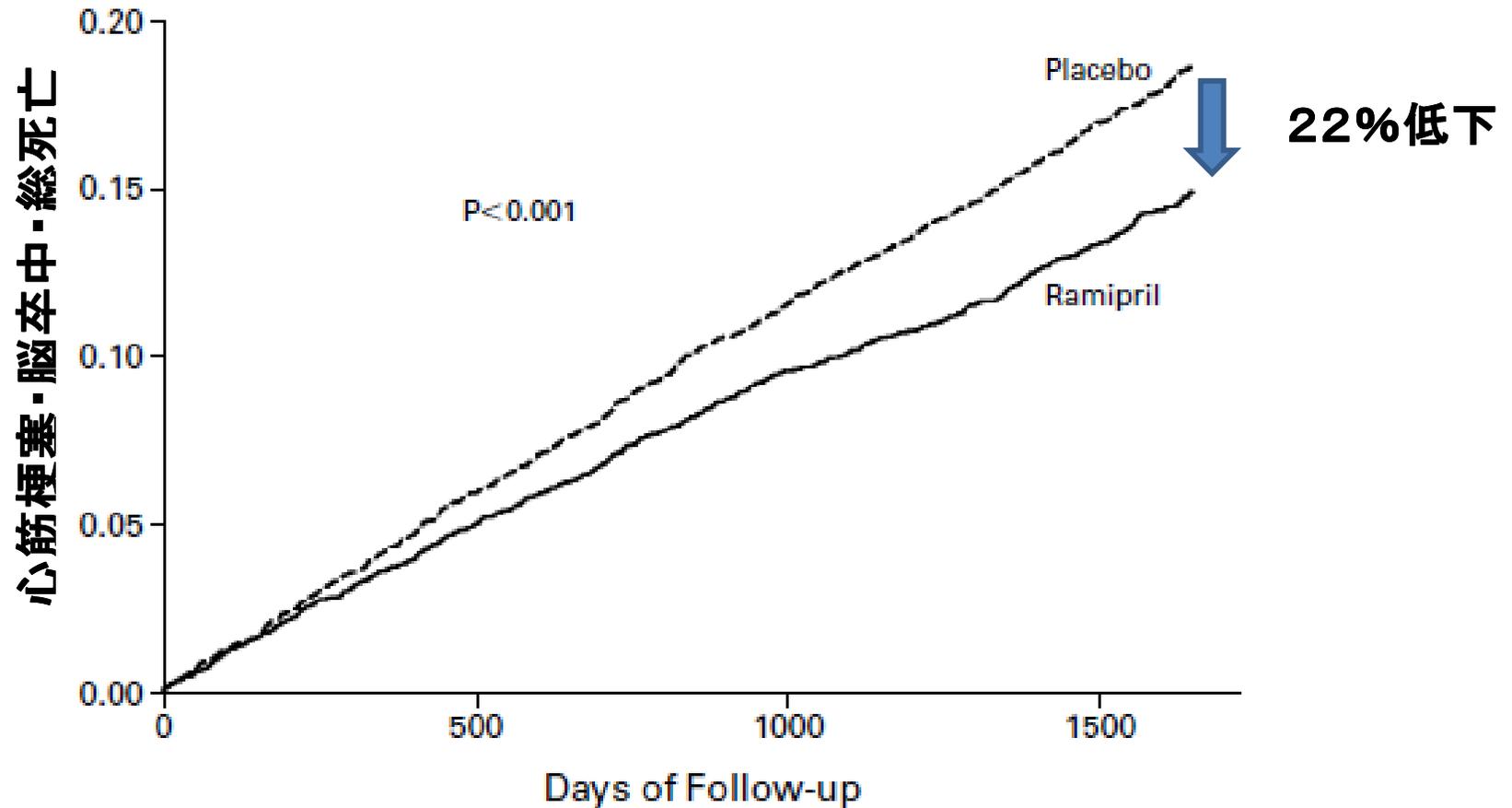


(Diabetes 1996)

高脂血症薬の内服で心血管イベントが19%低下する

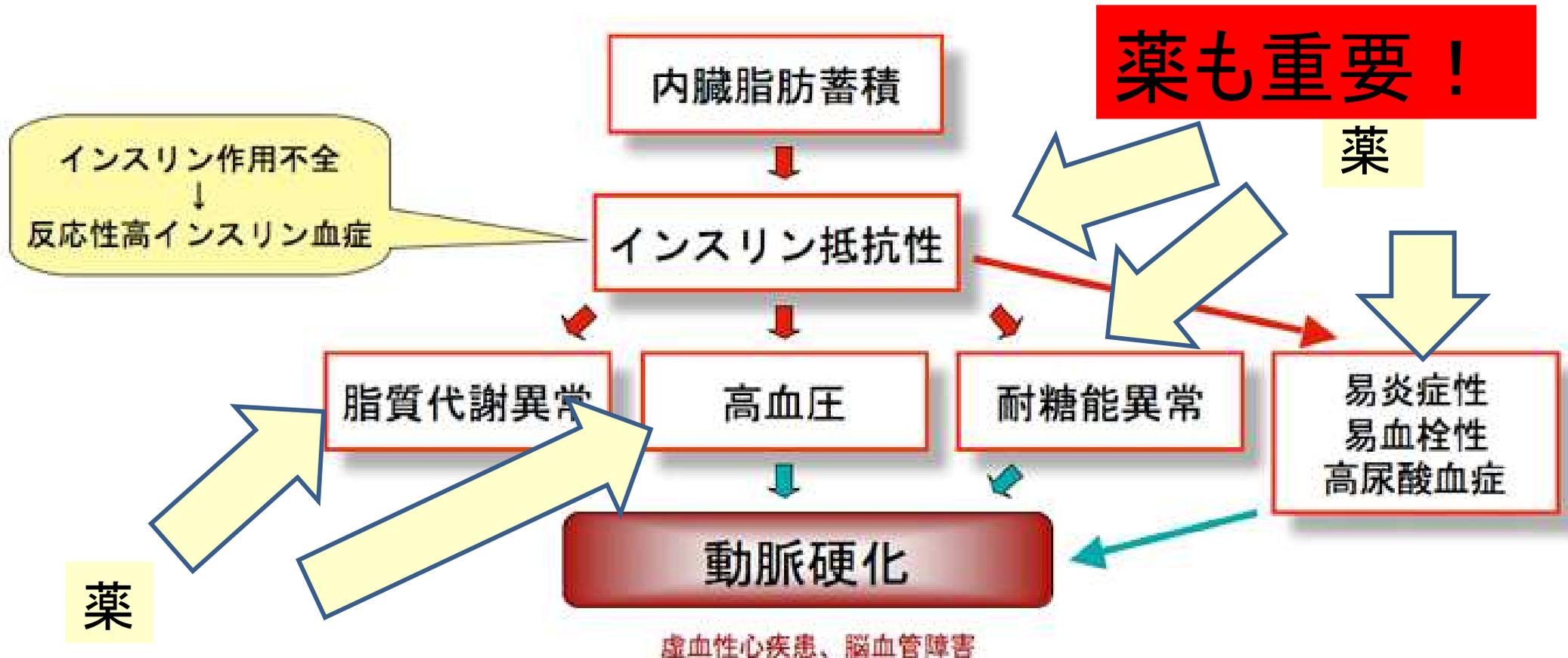


降圧薬の内服で心筋梗塞・脳卒中・総死亡が22%低下する



メタボリックシンドロームを減らす，動脈硬化を減らす

できることから始めて，日々検証，
カイゼンを！



最終的な目標は、動脈硬化の減少！

