

メタボリックシンドロームと特定健診保健指導

診断項目		メタボリックシンドローム項目			診断項目		保健指導の項目		
必須項目	内臓脂肪蓄積	腹囲	男性	85cm以上	必須項目	内臓脂肪蓄積	腹囲	男性	85cm以上
			女性	90cm以上				女性	90cm以上
		(内臓脂肪面積 男女ともに100cm ² 以上に相当)					または		
							BMI	男女とも 25以上	
選択項目	脂質異常	1	中性脂肪	150mg/dℓ以上	健診項目	脂質異常	1	中性脂肪	150mg/dℓ以上
			かつ/または HDLコレステロール	40mg/dℓ未満				かつ/または HDLコレステロール	40mg/dℓ未満
	血圧高値	2	最高(収縮期)血圧	130mmHg以上		血圧高値	2	最高(収縮期)血圧	130mmHg以上
		かつ/または 最低(拡張期)血圧	85mmHg以上		かつ/または 最低(拡張期)血圧		85mmHg以上		
血糖高値	3	空腹時血糖	110mg/dℓ以上	血糖高値	3	空腹時血糖	100mg/dℓ以上		
						空腹時なし・HbA1cあり⇒HbA1c 5.6%以上 空腹時なし・HbA1cなし⇒随時血糖100mg/dℓ以上 空腹時あり・HbA1cあり⇒空腹時血糖100mg/dℓ以上			
					質問項目	4		喫煙の有無	喫煙有



メタボリックシンドローム診断基準
【メタボリックシンドローム該当者】 内臓脂肪蓄積 + 選択項目2項目以上
【メタボリックシンドローム予備群】 内臓脂肪蓄積 + 選択項目1項目



保健指導のレベル
【積極的支援】腹囲が基準値以上 + 健診項目2項目以上 BMIが基準値以上 + 健診項目3項目以上 (65~74歳は動機付け支援となる)
【動機付け支援】腹囲が基準値以上 + 健診項目1項目 BMIが基準値以上 + 健診項目1または2項目
【情報提供のみ】上記以外

※脂質・血圧・血糖の服薬中の場合は積極的支援、動機付け支援の対象外