



へるすの時代 第2回

「メタボリックシンドローム」と診断される基準値は？

宮城社会保険病院 健康管理センター長

小野 美明

メタボリックシンドロームの診断は臍直下ウェストが男性85cm以上、女性90cm以上（男女とも内臓脂肪面積 $\geq 100\text{cm}^2$ に相当）でそれに加えて①トリグリセライド（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②収縮期血圧 130mmHg 以上かつ／または拡張期血圧 85mmHg 以上③空腹時血糖 110mg/dl 以上の脂質代謝、血圧、血糖の3項目の内2つ以上もつていればメタボリックシンドロームと診断されます（図）。

・ウェスト周囲径基準値の根拠は？

日本人における疫学調査から、腹腔内脂肪面積（内臓脂肪面積）が増加するにつれ、男女ともリスク因子が増加することが明らかとなりました。特に内臓脂肪面積 100cm^2 以上では有意な増加が認められたことから、これに相当するウェスト周囲径として男性85cm以上、女性90cm以上と女性の基準値の方が大きく設定されています。

一方、2005年4月に国際糖尿病連盟（IDF）により発表されたメタボリックシンドロームの基準では、空腹時血糖 100mg/dl 以上、ウェスト周囲径の基準は、人種によって異なる基準値が提案されており、日本人に対しては日本の基準値がそのまま採用されているのですが、日本人以外の人種では、すべて男性において女性より大きな基準値が設定されました。例えばヨーロッパ人の場合では男性94cm以上、女性80cm以上となっています。多くは男女それぞれ国の平均値を用いているに過ぎず、心血管疾患リスクの観点から定めたわが国の基準は科学的根拠に基づいているといえますが、今回の日本の基準は、基本的に働き盛りの男性に

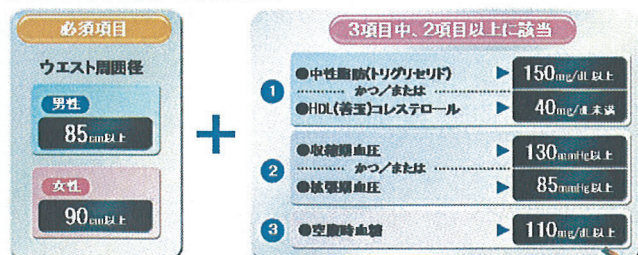
多い病態であり、厚生労働省も、2006年3月に子ども時代の乱れた食生活と生活習慣が生活習慣病の発症に悪影響を与えていると考えられるので、増え続ける肥満児童の生活習慣病の発症を予防する対策に乗り出すことを発表しました。今後は高齢者や女性、小児など年齢、性差、身長等を加味し、診断基準の見直しをしなければならぬ点もあると思われます。ウェスト周囲径測定を普及させるため、あえてBMIは基準から除かれました。「日本人は肥満が少なくないから」という認識では過栄養に基づく疾患は減少しないからです。

図

「メタボリックシンドローム」と判断される基準は？

内臓脂肪蓄積 + 2個以上の危険因子 = メタボリックシンドローム

「メタボリックシンドローム」の診断基準



メタボリックシンドローム診断基準検討委員会：日本内科学会雑誌 94(4)：794 - 809, 2005

(つづく)