

メタボリック判定の基準

ステップ1 内臓脂肪の蓄積に着目

- ①腹囲 男性85cm以上
女性90cm以上
- ②腹囲 男性85cm未満
女性90cm未満 } であってもBMI25以上

ステップ2 当てはまる項目をカウント

- ①血糖 I : 空腹時血糖100mg/dl以上または
II : ヘモグロビンA1cの場合5.6%(NDS)以上
- ②脂質 I : 中性脂肪150mg/dl以上または
II : HDLコレステロール40mg/dl未満
- ③血圧 I : 収縮期血圧130mmHg以上または
II : 拡張期血圧85mmHg以上
- ④質問票 喫煙あり
(ステップ1の①又は② + ステップ2の①～③のうち1つ以上に該当した場合にのみカウント)

ステップ3 ステップ1・2の結果から、3つのランクに分けて保健指導

- ☆ ステップ1で①に当てはまる人
→ステップ2で該当する項目が
2個以上 ⇒ 積極的支援
1個 ⇒ 動機付け支援
0個 ⇒ 情報提供
- ☆ ステップ1で②に当てはまる人
→ステップ2で該当する項目が
3個以上 ⇒ 積極的支援
1又は2個 ⇒ 動機付け支援
0個 ⇒ 情報提供

- ### ステップ4
- ◆服薬中の方は特定保健指導の対象にはなりません
 - ◆前期高齢者(65歳から74歳)の方は、積極的支援の対象となった場合でも動機付け支援となります。