

ご存じですか？ メタボリック シンドローム

2

健康づくり推進課

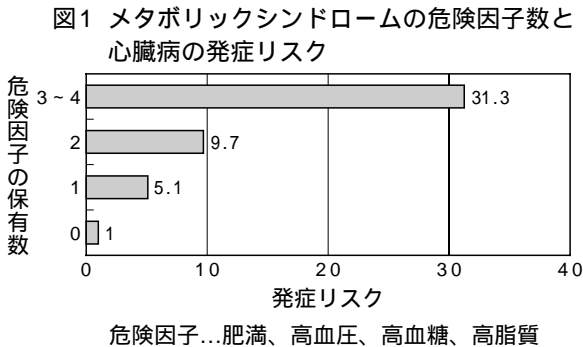
前月号で「メタボリックシンドロームとは何か？」についてご紹介しましたが、今回は、その危険性について取り上げます。

動脈硬化の危険性

メタボリックシンドロームの主な原因である内臓脂肪の蓄積は、動脈硬化や動脈硬化につながる生活習慣病を引き起こしてしまいます。動脈硬化は、ある程度症状が進行しない限り、なかなか症状として出にくい病気です。しかも、動脈硬化による循環器病（心筋梗塞、狭心症、脳梗塞、閉塞性動脈硬化症など）は、働き盛りに突然発症することが多く、生命にかかわる重大な病気であり、後遺症も深刻です。

危険因子数と心臓病との関係

図1は、メタボリックシンドロームの診断項目である、「肥満（BMI数値が二五以上）」「高血圧」「高血糖」「高脂質」などの危険因子を、軽症も含めて持つ人と持たない人における心臓病の発症リスクの差異



香美市民は危険性大!?

を示したものです。これらの危険因子を二つ持つ人は全く持たない人に比べ、心臓病の発症リスクが十倍近くに、三つ四つあわせ持つ人ではなんと約三十倍になることがわかっています。

厚生労働省の「平成十六年国民健康・栄養調査」結果より全国の年代別肥満者（BMI数値が二五以上）の割合の経年変化と平成十七年度の香美市基本健診受診者との比較を示したものが図2と3です。

七十歳未満では、男女とも全国と比べると肥満者の割合が多いことが分かります。肥満者の割合は、男性で三十〜六十歳代が約四割、女性は五十〜六十歳代で約三割の割合を示しており、その年代の男性では約二・五人に一人、女性では約三人に一人が肥満傾向にあるといえます。

また、香美市の健診受診者のうち、メタボリックシンドロームの診断基準項目

が現在治療中の人を除き、異常値を示した人の割合を性別でみたものが図4と5です。男女とも脂質の異常を認める割合が四割程度と多く、以上により香美市ではメタボリックシンドロームの危険性を保有する人の割合が多いことがうかがえます。

メタボリックシンドロームは生活習慣が密接に関係していることから、予防や改善については、生活習慣を見直すことが必要です。次回ご紹介いたします。

図2 全国の年代別肥満者割合の経年変化との比較（男性）

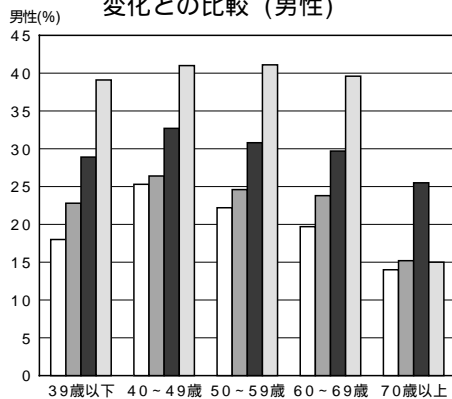


図4 血圧、血糖、脂質項目で異常を示す者の割合（男性）

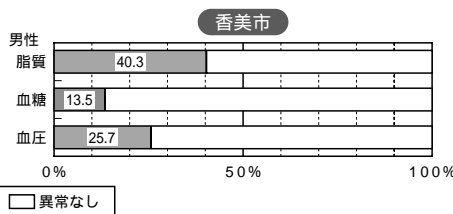


図3 全国の年代別肥満者割合の経年変化との比較（女性）

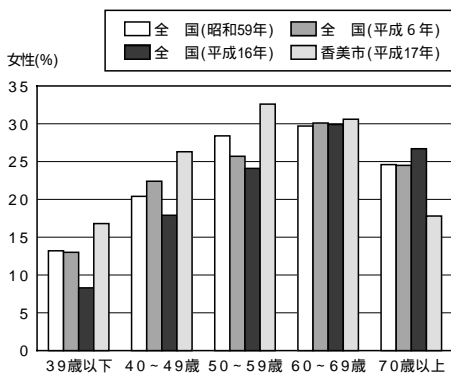


図5 血圧、血糖、脂質項目で異常を示す者の割合（女性）

