

◇ 医師診察

◆ 甲状腺診察

甲状腺の視診・触診で異常の有無をみます。

◆ 内科診察

視診・触診・聴診で異常の有無をみます。

◇ 身体計測

身長と体重の測定で、肥満度を計算して、肥満・正常域・やせを判定します。肥満と判定された場合はできるだけ標準体重に近づけるようにしましょう。また、どの判定においても体重が意図せずに急激に増減した場合には、なんらかの原因疾患がないかどうか、注意が必要です。

◆ **標準体重** 標準体重 = 身長 (m) × 身長 (m) × 22

◆ **BMI 指数** BMI = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)

◆ 腹囲

おへその高さの腹囲を測定し、内臓脂肪の蓄積度合いを調べます。基準値を超えている場合は内臓脂肪の過剰な蓄積があると推定され、メタボリックシンドロームの可能性が高くなります。内臓脂肪の正確な値を知りたい方は「内臓脂肪 CT 検査」(オプション)をおすすめします。

★メタボリックシンドロームについて★

メタボリックシンドロームとは、『腹部肥満に加え、高血圧、高血糖、高脂血症を併せ持つ状態』のことをいいます。これらは動脈硬化を進行させるといわれています。動脈硬化は、心筋梗塞や脳梗塞などの動脈硬化性疾患の危険因子です。

メタボリックシンドローム



動脈硬化



心筋梗塞・脳梗塞