

# 信楽園病院だより

第87号 平成20年6月1日 発行

〒950-2087 住所 新潟市西区新通南3丁目3番11号 Tel 025-260-8200 FAX 025-260-8199

E-mail [main@shinrakuen.com](mailto:main@shinrakuen.com) ホームページアドレス <http://www.shinrakuen.com>

## 肥満だけが問題ではありません



循環器科 松原 琢（日本循環器学会専門医）



「生活習慣病」という言葉が、新聞や週刊誌などに最近よく出るようになりました。これは今年の4月から40歳～74歳の方を対象とした「特定健診・特定保健指導」が開始されたことに関連します。「生活習慣病」というのは偏った食事、運動不足、喫煙、飲酒など、長い間の生活習慣によって発症あるいは増悪する病態の総称で、代表的なものに「糖尿病」、「高血圧」、「脂質異常症」があります。これらは自覚症状が現れにくく、いろいろな病気に関連があると言われておりますがなかなか実感しにくいものです。その上、症状が出にくいいため気がつかないうちに全身の血管の動脈硬化が進行してしまい、「狭心症」、「心筋梗塞」、「脳卒中」、「閉塞性動脈硬化症」など重大な動脈硬化性疾患を引き起こしてしまう危険因子となっています。さらに、これらの動脈硬化性疾患はいくつかの「生活習慣病」や肥満、喫煙といった因子が組み合わさると（マルチプルリスクファクターと言われております）発症する危険性が一層高まることが知られています。「特定健診・特定保健指導」を行政が始めるにあたって、このような事に関心をもっていただくために、内臓脂肪蓄積型肥満を「生活習慣病」の発症基盤とする考えの「メタボリックシンドローム」(metabolic syndrome)という言葉は、イメージとして分かりやすく、「メタボ」などと略されて、大きな役割を果たしたと思われま

す。既に始まったこの「メタボ健診」では、腹囲や体格指数(BMI)が基準値未満の場合、血圧や血糖値などに異常があっても、保健指導の対象にはなりません。さらに、この腹囲の基準（男性 85cm、女性 90cm 以上）については、国内の学会、研究者でも見解が異なり、国外の学会からも日本の基準に関して訂正を勧められています。そのために厚生労働省でも再検討を始めている状況です。このような診断基準の問題以外にも財政的な制度上の問題もあり、この健診がこのまま修正もせず継続されるとは思えません。

いろいろな問題を抱えながら始まった「メタボ健診」ですが、腹囲の基準だけパスすれば良いわけではなく、むしろ血圧、血糖値、脂質異常、喫煙などについて関心を持っていただき、不安があれば専門の先生にご相談いただくことが大切だと思います。

