

内臓脂肪蓄積

+

2個以上の危険因子

=

メタリックシンドローム

必須項目

①腹囲径

男性:85cm以上

女性:90cm以上

3項目中, 2項目以上に該当

②脂質

中性脂肪 150mg/dl以上
and/or
HDL-コレステロール 40mg/dl未満

③血圧

収縮期 130mmHg以上
and/or
拡張期 85mmHg以上

④血糖値

空腹時血糖 110mg/dl以上

図1 メタリックシンドロームの診断基準