

# 内臓脂肪測定で 肥満度チェック☑

## 内臓脂肪とは？

内臓脂肪とは、腹腔内や内臓の周りがある脂肪のことです。内臓脂肪が蓄積すると、高血糖や高脂血症、高血圧などを招き、心筋梗塞や脳卒中などを引き起こすリスクが高くなります。

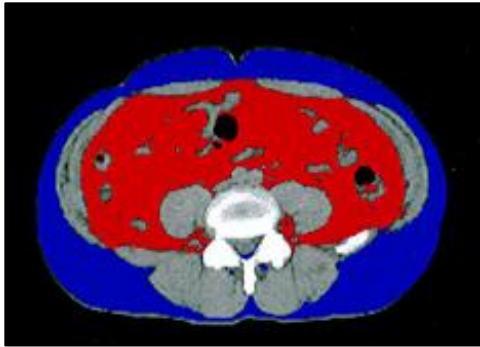
## メタリック症候群の基準って？

内臓脂肪面積 100 平方センチメートル以上が、メタボと診断される前提条件です。外見から内臓脂肪面積はわからないので、人間ドックでは検査項目の「腹囲」から判断します。腹囲の数値が、男性なら 85 センチメートル以上、女性なら 90 センチメートル以上であると、内臓脂肪面積 100 平方センチメートル以上として扱われます。

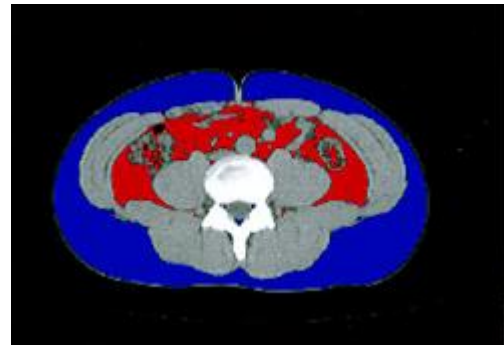
CT による内臓脂肪測定は、内臓脂肪面積が〇平方センチメートルという状況を明確に測定する検査です。メタボになるリスクの程度を知ることにつながります。

腹部断面図

■→内臓脂肪 ■→皮下脂肪



内臓脂肪が多い状態



健康な状態

## CT による内臓脂肪測定

内臓脂肪は、CT 検査でお腹（おへその位置）の断面を撮影し、その画像から内臓脂肪の面積を計測できます。

内臓脂肪型肥満の方が、皮下脂肪型肥満に比べ、心筋梗塞や脳梗塞などの動脈硬化性疾患の発症リスクが高いとされています。

### こんな方におすすめ

- ・最近おなかまわりが気になる方
- ・脂質代謝、血糖値、血圧に異常がある方



内臓脂肪は、蓄積すればするほど悪玉ホルモンを分泌します。その悪玉ホルモンによって、**動脈硬化、狭心症、心筋梗塞、脳梗塞、脂肪肝、糖尿病、高血圧、脂質異常症、そして多くのがん**、これらの疾患が発症しやすくなります。

内臓脂肪は、食事・運動などの生活習慣を改善すれば、皮下脂肪よりも簡単に減らすことができます。  
この機会にぜひ内臓脂肪測定を受診し、生活習慣を見直しましょう。