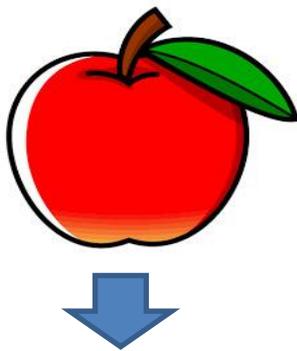


# えのもとだより

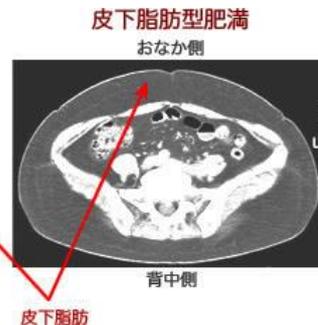
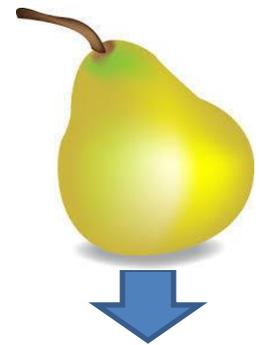
## お腹の脂肪、たまっていませんか？ 脂肪にもいろいろあって・・・

### りんご型肥満 (内臓脂肪型)



別名、**内臓脂肪型肥満**とされています。  
また女性より**男性がこの肥満になりやすい**  
特徴がある為、**男性型肥満**とも呼ばれ内臓  
の周りに脂肪が溜まるタイプです。

### 洋ナシ型肥満 (皮下脂肪型)



別名、**皮下脂肪型肥満**とされています。  
おしりから太ももにかけての下半身に多く  
脂肪がつく為、**洋ナシ型**と呼ばれています。  
**主に女性に多い**タイプの肥満です。

脂肪の付き方は人によって違います。ちょっと太めでも内臓脂肪は少なかったり  
スマートに見えても実は内臓脂肪が多い【隠れ肥満】かもしれません。

## あなたも内臓脂肪を測定してみませんか？

榎本医院でも、今回導入した 16 列 CT 装置を活用し、  
内臓脂肪検査ができるようになりました。



この検査で次の項目がわかります

- ・全脂肪面積
- ・皮下脂肪面積
- ・ウエストサイズ
- ・内臓脂肪面積
- ・内臓脂肪／皮下脂肪面積比
- ・BMI (肥満度チェック)

**検査費用：1,000円**

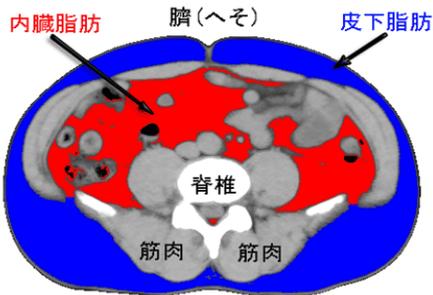
**ご存知ですか？内臓脂肪がさまざまな病気を引き起こす**

# メタボリックシンドローム



メタボリックシンドロームの方は… 動脈硬化が進み…  
脳卒中（脳梗塞や脳出血など）や虚血性心疾患（心筋梗塞や狭心症など）を  
起こしやすくなります。

\*内臓脂肪（CT 検査の結果）が 100 cm<sup>2</sup>以上で、高血圧・高脂血症・糖尿病のいずれか2つ以上の  
病気を持つと**メタボリックシンドローム**です。



ファットスキャン画像

## 高血圧

最高血圧 130mmHg 以上  
最低血圧 85mmHg 以上

## 高脂血症

中性脂肪 150mg/dL 以上  
HDL コレステロール 40mg/dL 未満

## 糖尿病

空腹時血糖 110mg/dL 以上

+

### 内臓脂肪 CT 検査報告書

ID: 1 榎本医院 Study Date: 2016/03/31

検査日 2016年 03月 31日

#### 内臓脂肪CT検査報告書

ID	1	受付番号		氏名	榎本医院
年齢	才	生年月日	年 月 日	性別	男
身長	174.70 cm	体重	79.00 kg	依頼医師	
診断医師		施設名			

全脂肪面積	289.63 cm <sup>2</sup>
内臓脂肪面積	89.84 cm <sup>2</sup>
皮下脂肪面積	199.79 cm <sup>2</sup>
内臓脂肪/皮下脂肪面積比	0.45
周囲長	90.41 cm
BMI	25.88

低体重 普通体重 肥満(1度) 肥満(2度) 肥満(3度) 肥満(4度)

↑  
現在のあなたのBMI値

■ BMIによる肥満度診断  
肥満(1度)  
あなたの理想体重は  
67.14 kgです。  
(56.46 ~ 76.3 kgの間であれば標準です)

■ 内臓脂肪量による肥満度診断  
問題なし

内臓脂肪は健康への負の貯金、  
すなわち借金です。借金は減らした  
いものです。食生活を見直し意識  
して身体を動かすことにより、  
「健康への借金 = 内臓脂肪」を  
減らすことが可能です。  
まずはご自身の内臓脂肪量を知り、  
ぜひ健康管理にお役立て下さい。

