

印刷けんぽ

ニュース No.208

全国印刷工業健康保険組合
東京都台東区東上野1-7-2
☎03-5834-3180
令和5年9月27日発行

<http://www.insatukenpo.or.jp>



●●● 知っ得!!健康情報 ●●●

メタボリックシンドロームで 心臓病の危険が約30倍に!?



メタボリックシンドロームとは、①内臓脂肪型肥満に加えて、②高血圧③高血糖④脂質異常が2つ以上重なった状態を指します。メタボリックシンドロームを構成する①~④は、心臓病や脳卒中の原因となる「動脈硬化」(動脈の血管の弾力性が失われること)を起こしやすくする危険な要素です。

<危険な要素がない人>

<危険な要素を3つ以上持つ人>



1倍



約30倍

①~④は、1つだけでも「動脈硬化」を進行させますが、重なると、それぞれの程度が低くても「動脈硬化」が進行し、心臓病や脳卒中の危険が高まることがわかっています。



メタボリックシンドロームの基準値など
詳細はこちら
(厚生労働省 eヘルスネット)

メタボリックシンドロームの改善には、**特定保健指導**をご利用ください。

健診や人間ドックを実施した健診機関より、事業所や受診者へご案内があります。
婦人健診を受診した方には、東振協よりご案内があります。※

【お問合せ先】保健推進課

電話：03-5834-3180 (内線 411~415) E-mail: hokensuishin@insatukenpo.or.jp



・特定保健指導とは、保健師(看護師)や管理栄養士が個別にダイエットをサポートする無料のプログラムです。
・特定保健指導を受けられるのは、40歳以上で生活習慣病のリスクがあり、内服治療を受けていない方に限られます。
※全ての健診機関で特定保健指導を実施しているわけではありません。
実施をご希望の場合は、印刷健保(保健推進課)へご連絡ください。専門の事業者(委託先)をご紹介します。



