

# 1 腹囲とBMIで内臓脂肪蓄積のリスク判定をします。

## パターン1



【男性】

腹囲 85cm以上



【女性】

腹囲 90cm以上

## パターン2



【男性】

腹囲 85cm未満



【女性】

腹囲 90cm未満

かつ、BMI 25以上

# 2 検査結果、質問票より追加リスクをカウントします。

✓ ①血糖 空腹時血糖100mg/dl以上、またはヘモグロビンA1c 5.2%以上、または薬剤治療を受けている。

✓ ②脂質 中性脂肪150mg/dl以上、またはHDLコレステロール40mg/dl未満、または薬剤治療を受けている。

✓ ③血圧 収縮期血圧130mmHg以上、または拡張期血圧85mmHg以上、または薬剤治療を受けている。

✓ ④喫煙層 ①～③のリスクが1つ以上の場合にはカウントする。

# 3 1と2の結果をもとに、特定保健指導の対象者をグループ分けします。

## パターン1

✓✓ 追加リスク 2 以上  
積極的支援レベル

リスク高

✓ 追加リスク 1  
動機付け支援レベル

リスク中

追加リスク0  
情報提供レベル

リスク低

## パターン2

✓✓✓ 追加リスク 3 以上  
積極的支援レベル

リスク高

✓✓ 追加リスク 1 又は 2  
動機付け支援レベル

リスク中

追加リスク0  
情報提供レベル

リスク低

# 4 対象外など

- ・前期高齢者(65歳～74歳)は、積極的支援レベルの対象となった場合でも、動機付け支援となります。
- ・服薬中の方(質問票等において把握)は、医療保険者による特定保健指導の対象とはなりません。