

小児のメタボリックシンドロームとは？

ここ最近「メタボ」という言葉がよく聞かれ、ぽっこり出たお腹を気にされる方も多いかと思います。

メタボリックシンドロームは脂肪が内臓にたまり、生活習慣病(高血圧、糖尿病など)の発症につながる状態です。その結果大人になって心筋梗塞や脳卒中など血管がつまる病気のリスクが高くなります。食生活の変化や運動不足からこどもの肥満も増えており、小児期からもこの「メタボ」が注目されています。

小児の場合、下の4条件のうち 2 つ以上を満たせばメタボリックシンドロームと診断されます。

腹囲が 80cm (小学生では 75cm)以上あること

最高血圧125以上、および最低血圧70以上

中性脂肪値120以上、および善玉コレステロール値40未満

空腹時血糖値110以上

「うちの子はもしかしたらメタボかも？」と気になりましたら、まず腹囲(おへそ周り)を測りましょう。 の条件を満たしていたら要注意です。

診断には何も食べていない状態での血液検査が必要です。くわしくは小児科にご相談ください。