

内臓脂肪検査のご案内

脂肪には、皮下脂肪(皮膚の下の脂肪)と内臓脂肪(内臓の周囲につく脂肪)があります。特に内臓脂肪はメタボリックシンドロームのもとであり、生活習慣病になる危険を高め、動脈硬化を促進させます。その早期発見・対策の重要なポイントとして、内臓脂肪検査が注目されています。手足や腹部に電極をつけ微弱電流を流すことで測定します。5分ほどの検査です。

《こんな人は内臓脂肪型肥満に要注意》

- ① BMI が 25 以上の人 BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)
- ② お腹が出ているのに皮下脂肪が少ししかつかめない人
- ③ ダイエットに失敗して、リバウンドをしたことがある人
- ④ 若い頃にスポーツをやっていたが、今はやめている人
- ⑤ へそ周りが基準値以上の人 基準値:男性 85cm 女性 90cm

- **内臓脂肪**…腹部の臓器を覆う「腸間膜」などに貯まった脂肪のこと。腹筋の内側につくため、指でつまみにくい。貯まりやすいが、減量すれば比較的簡単に減らせる。

特徴

- ・男性、閉経後の女性に多い
- ・指でつまみにくい
- ・貯まりやすいが減りやすい

- **皮下脂肪**…皮膚のすぐ下に貯まる脂肪のこと。指でつまめるため、貯まっているかどうか分かりやすい。ダイエットをしても、なかなか減りにくいのが特徴。

特徴

- ・閉経前の女性に多い
- ・指でつまめる
- ・いったん貯まると減りにくい

内臓脂肪が
過剰に貯まると…

動脈硬化・糖尿病・脂質異常症・
高血圧・脂肪肝・脳卒中・心筋梗塞

などを引き起こす



当健康管理センターでは、内臓脂肪検査をオプションとして承っています。
ご希望の方は事前にお申し込み下さい。
二日ドック(通院)はコース内に含まれています。

料金 2,200円

〈お問い合わせ先〉

長野県立信州医療センター 健康管理センター
電話:026-246-5544(直通)