

自分は肥満症？ まずはセルフチェック

STEP1

あなたの体重と身長から、BMIを計算しましょう。

体重(kg)

÷

身長(m)

÷

身長(m)

=

BMI

STEP2

BMIが25以上で、以下の11疾患から
1つ以上あてはまるものがあるか、腹囲が以下の
基準を超える場合、あなたは肥満症かもしれません。

肥満に伴う11疾患 チェックリスト

- ☐ 耐糖能障害
(2型糖尿病・耐糖能異常など)
- ☐ 脂質異常症
- ☐ 高血圧
- ☐ 高尿酸血症・痛風
- ☐ 冠動脈疾患
- ☐ 脳梗塞・一過性脳虚血発作
- ☐ 非アルコール性脂肪性肝疾患
- ☐ 月経異常・女性不妊

思い当たるなら、
このリーフレットで、
肥満症を
セルフチェック!