

## ～ 身体測定 ～

### BMI

「体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)」で算出され、肥満度の評価に用いられます。  
BMIが高すぎても低すぎても健康に良くありません。

考えられる疾患・受診科

高血圧、糖尿病、脂質異常症のリスクが高くなります。  
《内科》

### 腹囲・体脂肪率

腹囲はウエストではなく、おへそ周りで測定し、体の中、内臓周りの脂肪量を予測できるといわれています。  
男性は85cm以上、女性は90cm以上であれば内臓脂肪型肥満が疑われます。  
体脂肪率は体重に対して脂肪がどれだけあるか示したもので、%で表します。  
「体脂肪率(%) = 体脂肪量(kg) ÷ 体重(kg) × 100」で算出します。

考えられる疾患・受診科

内臓脂肪型肥満の場合、糖尿病、心筋梗塞、脳梗塞を引き起こしやすくなります。  
《内科》

### 視力測定

近視、遠視、乱視を調べる検査です。  
視力の低下を調べることで白内障、緑内障などを見つけるきっかけとなります。

考えられる疾患・受診科

《眼科》