

肥満は、さまざまな病気を 引き起こす可能性があります

- ☐ 糖尿病
- ☐ 脂質異常症
(高脂血症)
- ☐ 高血圧
- ☐ 痛 風
- ☐ 心筋梗塞
- ☐ 脳梗塞

肥満は、ある種のがんや
胆石症、気管支喘息などの
病気とも関係しています



- ☐ 脂肪肝
- ☐ 月経異常・不妊
- ☐ 睡眠時無呼吸症候群
- ☐ 膝や股関節の痛み
(変形性関節症)
- ☐ 腎臓病
- ・・・など

高度肥満症と診断された方は、
とくに次の健康障害に注意が必要です

- 心不全 ● 呼吸不全 ● 静脈血栓
- 閉塞性睡眠時無呼吸症候群
- 肥満低換気症候群 ● 運動器疾患

あなたの身長と体重は？

BMI25以上が肥満、BMI35以上が高度肥満と定義されています※

BMI (Body Mass Index) = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m)



肥満症についての
お役立ち情報はこちらから



肥満による病気を改善するためには、減量が必要です

- ・ただし、自己判断での減量は、筋肉量を減らすこともあり、注意が必要です
- ・まずは、医師に相談しましょう

BMI 身長と体重の関係

