

# 地域医療情報を活用した健康管理システムの開発

基本健康診査結果に基づいた図で見る肥満度と血圧 秋田町 194101 0000032827

ご自分が何曜日に生まれたかご存知ですか？

秋田町千秋久保田町6-10

脳研 太郎 様

世帯主 脳研 太郎 様

## 肥満度の判定

身長 160.3 cm 体重 66.7 Kg

ボディマスインデックス(BMI) 26

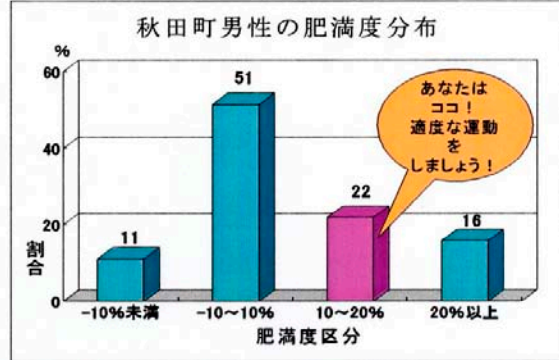
肥満度は 18 %です

標準体重の範囲は 51 Kg ~ 62 Kg

### 肥満度に関するコメント

空腹時の採血であれば糖尿病が疑われ、高血圧が合併して存在し、肥満があります。肥満は両方の病気を促進させます。体重は標準体重の範囲を維持するよう、病気の無い人より努力が必要です。食事の制限のみでなく、運動量を増やす事で体重のコントロールが容易になります。

肥満度の分布と自分の場所(桃色)



生まれた日は月曜日です

## 血圧の判定

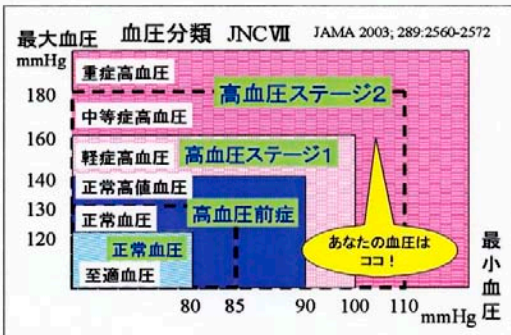
血圧値 177 / 95 mmHg

血圧判定区分は 高血圧治療中です

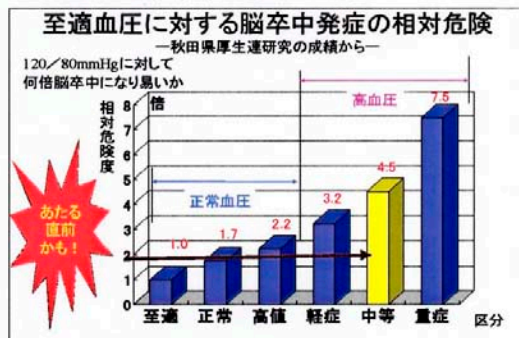
### 血圧に関するコメント

高血圧で治療中のようです。血圧に関しては治療を続けてください。血圧を治療することは、脳卒中を予防するもっとも有効な方法です。薬を使う治療か非薬物療法かに関わらず、食塩摂取を1日10グラム以下にし、運動をして健康を増進する努力をして下さい。血圧の治療目標値は140/90 mmHg未満です。この値より低く保つことが重要です。

### 図で見るあなたの血圧



### 血圧区分と脳卒中の発症し易さ



### 図の説明

現在、日本で使われている血圧区分(白ぬき)とアメリカで昨年発表された新しい血圧区分(緑)を示しています。あなたの血圧は黄色い噴出しで示しました。血圧は低いほど脳卒中を起こさない事が確認され、アメリカでは120/80 mmHg未満のみを正常血圧として、これまで正常とされていた120-139/80-90 mmHgは高血圧前症(準備状態)と呼んでいます。高血圧の人は140/90 mmHg未満に血圧を下げる事が目標となります。それ以外の人では少しでも血圧を下げる努力が必要です。右図は現在の血圧で予測されるあなたの脳卒中危険度を黄色の棒で示してあります。正常血圧を目指しましょう。

