

## アディポネクチン

アディポネクチンは脂肪細胞から血液中に分泌され、血管のメンテナンスをしてくれる善玉ホルモンです。糖尿病、高血圧、高脂血症や動脈硬化などメタボリックシンドローム症を予防・改善する効果があるといわれています。しかし、内臓脂肪が過剰に蓄積されるとアディポネクチンの分泌量が減り、血中濃度が低下します。

基準値： 7.0  $\mu\text{g/ml}$  以上

### メタボリックシンドロームとは

過食・運動不足といった生活習慣の乱れにより内臓脂肪が蓄積されると、脂肪細胞から分泌される善玉物質であるアディポネクチンが大幅に減り、逆に悪玉の生理活性物質が放出されます。その結果、さまざまな代謝の乱れが起こり、高血圧・高血糖・脂質異常を合併する状態のことです。

メタボリックシンドロームを放置すると、動脈硬化が潜在的に進行し、かなり進んでも自覚症状がないことが少なくありません。気づいたときにはすでに重症化しており、心筋梗塞や脳卒中を招くこともあります。