

メタボリックシンドロームと心理社会的側面

鈴木 伸一

早稲田大学人間科学学術院

メタボリックシンドロームは、食事、運動、嗜好品の摂取な生活習慣を背景として形成されるが、不健康な生活行動の維持要因として、あるいは健康行動の妨害要因として、日常生活のストレスをはじめとする個人の心理社会的要因が関与している。本発表では、メタボリックシンドロームの形成および増悪に影響を及ぼす心理社会的要因について展望するとともに、あるいは生活習慣病の予防および治療をねらいとした認知行動療法の効果を紹介し、メタボリックシンドローム・マネジメントにおける心理社会的アプローチの可能性について議論したい。