

Окружность талии измеряют на середине расстояния между подреберьем и тазовой костью, по срединно-подмышечной линии.

Показатель окружности талии до 80 см у женщин и до 94 см у мужчин расценивается как норма.

Степень риска развития сердечно-сосудистых заболеваний и сахарного диабета 2-го типа в зависимости от окружности талии представлена в таблице 3.5.

Таблица 3.5.

Зависимость риска развития осложнений ожирения (серечно-сосудистых заболеваний и сахарного диабета 2-го типа) от окружности талии (ВОЗ, 1997)

Пол	Повышенный риск развития осложнений	Высокий риск развития осложнений
Мужчины	окружность талии > 94 см	окружность талии > 102 см
Женщины	окружность талии > 80 см	окружность талии > 88 см

Показатель окружности талии четко коррелирует с площадью висцеральной жировой ткани.

Окружность бедер

Окружность бедер измеряют ниже больших бедренных бугров.

КАК НОРМА РАСЦЕНИВАЮТСЯ СООТНОШЕНИЯ

- Окружность талии / Окружность бедер < 0,85 у женщин
- Окружность талии / Окружность бедер < 1,0 у мужчин

Окружность талии и риск развития осложнений ожирения (ВОЗ, 1997)**

Риск СД 2 типа, артериальной гипертензии, сердечно-сосудистых заболеваний		
	Повышенный	Высокий
Мужчины	>94 см	>102 см
Женщины	>80 см	>88 см

** Увеличение окружности талии – признак повышенного риска развития осложнений даже при нормальных значениях ИМТ. Окружность талии измеряется в положении стоя, по среднеподмышечной линии на середине расстояния между нижним краем грудной клетки и гребнем подвздошной кости (не по максимальному размеру и не на уровне пупка), окружность бедер – в самой широкой их области на уровне большого вертела.