

社会の偏見改める時期

Q&A

肥満症について、神戸大糖尿病・内分泌内科教授の小川渉さんに聞いた。

——肥満症とは。

「『肥満』は、体に脂肪が蓄積しすぎた状態で、体重（キ）を身長（メートル）で2回割ったBMI（体格指数）が25以上を指します。成人男性の3割、女性の2割が該当します」

「『肥満症』は病気で、肥満に関連する健康障害がある場合などに診断されます。2型糖尿病や高血圧など11種類の健康障害が一つ以上合併していることや、CT（コンピュータ断層撮影法）などで、内臓脂肪の蓄積が確認された場合です。内臓脂肪に着目するのは将来、健康障害を引き起こす可能性が高いため、腹囲（男性85センチ以上、女性90センチ以上）が目安です」

神戸大糖尿病・内分泌内科教授



おがわ 渉さん

1984年、神戸大医学部卒。神戸大大学院で、2014年12月に改訂された肥満症診療ガイドラインの作成委員を務めた。

——どう治療するのか。

「減量し、健康障害やそのリスクの改善を目指します。食事療法と運動療法が基本ですが、生活習慣を見直すためには、患者の行動や考え方に働きかけられる『行動療法』がカギになります。早食いや『イライラすると食べてしまう』といった食行動の癖に気づいて修正したり、毎日の体重変化をグラフで視覚化し、減量への意欲を高めます」

——胃の一部を切除する手術もある。

「食事や運動で十分な減

量効果が得られない場合、手術が検討されます。主にBMI35以上の高度肥満症の人が対象となります。2022年に約1000件が実施され、16年と比べ約3倍に増えています。日本肥満症治療学会が、実績があつてフォローアップ体制を整う全国27医療機関を『認定施設』としてウェブサイトで公表しています」

——治療薬は。

「食欲を抑える薬はこれまで1種類しかなく、使用は3か月間に限られていましたが、今年、肥満症に対する新薬が相次いで承認されました。3月に承認された『ウゴビー』は、週1回、おなかなどに注射するもので、中枢神経に働きかけ、食欲を抑える効果があるとされます。保険適用はまだですが、今後、使えるようになる見込みです。2月に承認された飲み薬『アライ』

は、内臓脂肪を減らす効果があるとされます。肥満症になる前の人が対象です。医師の処方箋なしに薬局で買えるもので、市販に向けた準備が進んでいます」

——手術も治療薬も高い減量効果が期待できます。しかし、十分に注意してほしいのは、減らした体重をキープするためには、食事などの生活習慣の見直しが欠かせないという点です」

——課題は。

「肥満には体質や生活環境、社会的な要因など様々な背景があります。しかし、『自己管理ができていない』などと、個人の責任と見なされてしまう風潮があります。患者も『自分の意志が弱いからだ』などと考え、投げやりになっているケースが見受けられます。治療法が確立されてきた今、必要な人が適切な治療を受けられるよう、肥満に対する偏見を社会全体で改める時期に来ています」

（影本菜穂子）