

肥満について

院長 井手下 久登

6



肥満と肥満症について

肥満は現代の重大な問題です。日本肥満学会は、単に体重が重いという「肥満」と、医学的に減量を必要とする「肥満症」を、区別することを提案しています。

肥満の定義

肥満は、体格指数 [Body mass index(BMI)= $\text{体重(kg)} \div \text{身長(m)} \div \text{身長(m)}$] で求めます(表1)。

肥満指数(BMI)	状態
18.5以下	痩せてる
18.6~24.9	正常
25.0~29.9	太っている
30.0~34.9	肥満
35以上	高度肥満

表1：判定基準

肥満症の定義

肥満症とは、「肥満に起因ないし関連する健康障害を合併するか、その合併症が予測される場合で、医学的に減量を必要とする病態」をいい、病気として扱うことが必要です(表2)。

肥満症の診断

肥満 (BMI \geq 25) のうち、肥満に起因ないし関連し、減量を必要とする(減量により改善する、または、進展が防止される) もので、健康障害のあるもの。

I. 肥満症の診断基準に必須な合併症

- 1) 耐糖能障害 (2型糖尿病・耐糖能異常など)
- 2) 脂質異常症
- 3) 高血圧
- 4) 高尿酸血症・痛風
- 5) 冠動脈疾患：心筋梗塞・狭心症
- 6) 脳梗塞：脳血栓症・一過性脳虚血発作 (TIA)
- 7) 脂肪肝 (非アルコール性脂肪性肝疾患/NAFLD)
- 8) 月経異常、妊娠合併症 (妊娠高血圧症候群、妊娠糖尿病、難産)
- ※ 9) 睡眠時無呼吸症候群 (SAS)・肥満低換気症候群
- ※ 10) 整形外科的疾患：変形性関節症 (膝、股関節)・変異性脊椎症、腰痛症
- 11) 肥満関連腎臓病

II. 診断基準に含めないが、肥満に関連する疾患

- 1) 良性疾患：胆石症、静脈血栓症・肺塞栓症、気管支喘息、皮膚疾患 (偽性黒色表皮腫、摩擦疹、汗疹)
- 2) 悪性疾患：胆道がん、大腸がん、乳がん、子宮内膜がん

※脂肪細胞の量的異常がより強く関与

(日本肥満学会：肥満症診断基準2011より引用)

表2：肥満に起因ないし関連し、減量を要する健康障害