

元気のトピ

◁57▷



徳島大学糖尿病臨床・研究開発センター

松久 宗英

肥満は糖尿病、高血圧、脂質異常症を合併し、心筋梗塞や脳卒中などの原因となります。さらに、腎障害やがん、認知症などの原因になることも知られています。このため、肥満治療をどのようにするかは世界中で議論されています。

肥満の治療は、食事療法によるカロリー制限と、運動によるエネルギー消費の増大が基本です。しかし最近では、糖質を制限する食事療法が有効とする報告があり、糖尿病治療薬に体重減量が期待できる薬が登場しています。さらに、高度の肥満患者は外科的治療が可

肥満治療の最前線

能な時代になりました。糖質制限食とは、主食であるご飯や麺類、パンを極力抑えた、おかず中心の食事のことです。糖質の過剰を抑えるのは肥満や糖尿病の治療として重要なことですが、極端な糖質の制限は逆に脂質や蛋白の過剰摂取につながります。

脂質過剰を抑えたバランスの良いカロリー制限食と比較すると、肥満改善効果同等であっても長期的に腎臓や血管を傷害することが危惧されます。死亡率が高まるなどの報告もあり、推奨できる治療ではありません。

一方、糖尿病治療薬のGLP-1受容体作動薬は、小腸から分泌される腸管ホルモンGLP-1を長時間効くように改良したもの

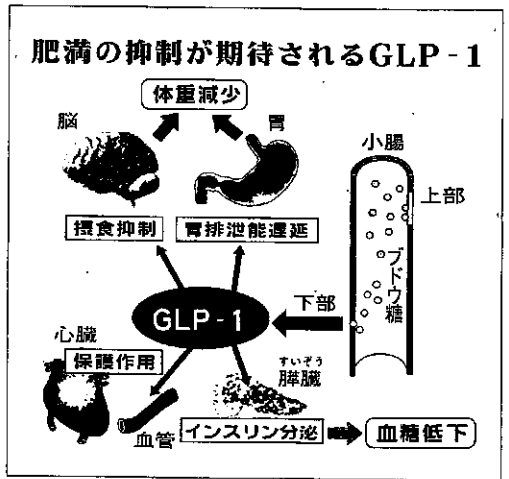
減量期待でできる薬登場

高度なら外科手術可能に

で、肥満改善効果が期待できる数少ない薬です。GLP-1は多彩な効果を持つホルモンで、脳の食欲中枢と消化管の動きを抑えることで食事を減らすことが可能となります。心臓や血管、腎臓などで臓器保護効果が期待されています。

当然、糖尿病のない肥満者には使用できませんし、また、毎日1〜2回の注射を自身で行う必要があります。しかし、中には10%以上の体重減少を達成した患者さんもおられ、試す価値のある治療です。

食事、運動、そして薬という内科的治療が奏功しない高度の肥満者に対しては、肥満外科治療として胃を部分的に切除するスリーブ手術が行われています。この手術は、単に胃の容積を小さくして食事を減らすだけではなく、消化管ホルモンの働きを巧みに調整する効果もあるとされています。



まず、胃切除により胃から分泌されるグレリンというホルモンが減少し、グレリンの食欲増進作用が抑えられます。さらに、食物がすぐに腸管に流れ込むため、小腸からのGLP-1分泌が促進されます。その結果、食欲が抑制され、体重の減少を来します。徳島大学病院でも、肥満外科手術が始まりました。

肥満の方とお話をしますと、「私は水を飲むだけで太る」「食事を少ししか食

このような検診を活用していただいて肥満と向き合い、治療の必要性とその方法を検討してください。

このような検診を活用していただいて肥満と向き合い、治療の必要性とその方法を検討してください。