

健康通信

肥満の最新医療について



糖尿病・内分泌内科部長医師

落合 啓史

人類の歴史は飢餓との戦い

人類の歴史は20万年におよびますが、それは飢餓との戦いでした。特に、7万年前の火山の噴火に伴う気候変動による飢餓により、世界の人口は1万人ほどに減少しています（現在ではライオンが3万頭ほどで絶滅危惧種に指定されています）。飢餓との戦いでは、遺伝的・体質的に効率よく栄養を蓄えられるものが人類の子孫を残しました。しかし、現代の飽食の時代では、この能力が肥満や、それに伴う病気をきたす要因となつてしまつています。

肥満は「ミネ倒し」のように病気を起します

肥満により生活習慣病（糖尿病や高血圧症・脂質異常症）が起こり、その血管合併症として失明や透析、足壊疽、心筋梗塞、脳卒中、認知症などが生じます。また、肥満により肝硬変や膝関節症の発症率も増加します。特に、BMI（肥満の程度を示す指標）が

35以上の高度の肥満症は2300以上の合併症が起こりやすくなります。

肥満の原因についての最新の知見

従来、肥満の原因として個人の食習慣や運動習慣が強調されてきました。しかし、近年では高度の肥満症の原因として、個人ではどうにもならない、遺伝的・体質的なものによる影響が明らかになっていきます。例えば、同じカロリー級の食事を摂取しても、消化管での吸収率は一人ひとりで異なります。また、吸収された栄養素が脂肪などのエネルギーとして蓄えられる割合も個人で異なります。さらに、消費カロリーの70%を占める基礎代謝もさまざまです。そのため、同じカロリー級の食事をとり、同じ量の運動をしても、減量する方もいれば体重が増加する方もみえます。

肥満外科手術について

世界では70年ほど前から高度肥満症

における合併症や予後（死亡率）の改善を目的として肥満外科手術が実施されてきました。日本でも2017年から保険適応となりましたが、保険で実施が可能なものは、腹腔鏡を使用して胃を部分的に切除するものです。手術により胃の容量がバナナ1本分程度に減少し、少量の食事で満腹感を得ることができるようになります。また、グレリンというホルモン（胃の摘出された部位を中心に分泌されます）の血中濃度が減少することで食欲が抑えられます。

肥満外科手術の効果

手術や、術前後の食事・運動療法により体重の20%以上の減量効果が期待できます。減量に伴う糖尿病などの生活習慣病の改善や、血管合併症や予後（死亡率）のリスクの軽減についてのデータが蓄積されつつあります。また、膝関節症や腰椎症の改善、睡眠時無呼吸症候群の軽快、肝障害の改善・月経異常の軽快なども期待できます。特に、糖尿病では、術後にインスリン注射などの投薬を減らせる可能性があり、インスリン注射を中止した場合は年間約8万円の医療費の軽減が試算されます。

当院で術後の経過を終えた20人（術前の平均の身長は162cm、体重は108kg）では、術後に平均20kgの減量に成功しております。なお、手術の入院期間の平均は10日であり、自己負担額は高額療養費制度を利用すると7〜8万円程度となります（注意…

収入などで個人差があります）。

肥満外科手術を実施した患者様の声（注意：改善効果は個人により差があります）

手術を希望された動機としては「睡眠時無呼吸症候群による日中の頭痛や眠気で困っています。血圧も高いです。いろいろな体調不良が太っていることから来ていると考えています。ダイエットはジムに通ったり何回もしていますが、数カ月で戻ってしまいます。（妻）病気になるために減量してほしいです。（30代男性）」とおっしゃられた方もいらっしゃいました。術後の経過に満足される方は多く「ちよっとの食事の量で満腹になるので、食事がとれなくてストレスになることはないです。ストレス解消で食べることは減りました。（40代女性）」「職場が学校です。が以前は膝が痛くて階段を登れなくて仕事を続けられるか心配でした。今はスタスタと登れています。（30代女性）」「動けるようになって念願のダンス教室に通えるようになりました。（40代女性）」とおっしゃられた方もいらっしゃいます。

当院の肥満外科手術の適応について

保険適応を満たし、術後に十分な食事・運動療法が実行できる可能性が高く、周術期の合併症のリスクが高くない方を中心に手術を実施しています。当院のホームページには、より詳細な記載があります。ご興味がある方は、ぜひご覧ください。