



OTC薬を上手に使おう…薬の選択⑪ 肥満は病気？

2008年4月1日からスタートした「いわゆるメタボ検診」を機に、「肥満は悪」のイメージが作りあげられ、ダイエットに励んだ人も多いと思われます。「肥満のくすりやサプリ」も大いに売れましたが、本当に効果はあったのでしょうか？

そもそも肥満とは何でしょう？肥満は病気なのでしょうか？

まず、そのところをきちんと把握しなければ、せっかくのダイエット努力も的外れになりかねません。

肥満と肥満症は同じではありません。肥満とは「脂肪組織が過剰に蓄積した状態」をいい、これだけでは病気とは言えませんが、肥満症と診断されれば治療が必要な病気ということになります。

厚生労働省のホームページには、「肥満症を調べる検査」が以下のように紹介されています。

【肥満の診断基準】

①日本の基準ではBMI(Body Mass Index)=体格指数の値が25を超えると肥満とされる。

体内の脂肪組織の量、すなわち体脂肪を正確に測定する方法は簡単ではないので、「体重(kg)÷身長(m)の二乗」で計算される「体格指数」が用いられている。

②肥満症の診断基準

BMIで肥満と判定されても、すぐに治療を始めるわけではない。肥満と診断されたもの(BMI25以上)のうち、以下のいずれかの条件を満たしているものを肥満症といい、医学的に減量が必要とされる。次の二つの場合が「肥満症」に相当する。

1. BMI25以上で、肥満に原因があるか肥満に関連していて、減量を必要とする健康障害を伴うもの
 <該当する健康障害>

- ・耐糖能障害・2型糖尿病
- ・脂質代謝異常(高コレステロール血症、低HDLコレステロール血症、高トリグリセリド血症)
- ・高血圧
- ・高尿酸血症・痛風
- ・脂肪肝
- ・冠動脈疾患(心筋梗塞、狭心症)
- ・脳梗塞(脳血栓症、一過性脳虚血発作)
- ・骨・関節疾患(変形性膝関節症、変形性股関節症、変形性脊椎症、腰痛症)
- ・睡眠時無呼吸症候群・Pickwick症候群
- ・月経異常(月経周期の異常、月経量と周期の異常、無月経、月経随伴症状の異常)
- ・肥満妊婦
- ・心理的サポートが必要な肥満症

2. BMI25以上で、1のような健康障害はなくても、検査によって内臓脂肪型肥満と診断されたもの

多くの研究から、内臓脂肪型肥満は病気になりやすいことがわかっています。

内臓脂肪型肥満については次回に書きます。



