

## コラム「社会からみる肥満症」

### 1. 要旨その1

このほど発表されたスタディで、初めて生命予後と肥満の関係が示された。“40歳時に肥満または過体重であることが、寿命をどのくらい短くするか？”ということである。肥満に加え、喫煙のリスクのある者では寿命への影響はさらに増悪すると統計によって示された。「もし、あなたが“過体重”であれば生命予後は3年短くなります。“肥満”なら平均して6、7年は短くなるでしょう」American Heart Associationのロバート・エッケル医師は語る。

科学者達の間では、過体重者の寿命が正常体重者のそれより短いことは以前から知られていたが、いくつかの大規模試験がその事実を正確に示した。オランダの研究者達は28～62歳の成人3,457名のデータを1948年から1990年にわたり、米国フラミンガム(マサチューセッツ州)で集め、その解析結果をInternal Medicineの年報(2003年1月発行)に発表した。その結果、大部分の男性が生命予後が短くなっていることがわかった。肥満喫煙女性は非肥満非喫煙女性より生命予後は14年短く、同様の男性の比較では13年短くなる。

米国では成人の約2/3が“過体重”もしくは“肥満”の分類に属する。“肥満”と“過体重”の違いはBMIによって分類される。エッケル氏は語る。「このスタディから得られる重要なメッセージは“若いうちから、太らないように予防をしましょう”ということです。自分の適正体重に達するまで、1週間に1ポンドの減量と1日当たり500kcalのダイエットを勧めます」(40歳時の肥満度が寿命を短くする, CNN January 6, 2003より)

### 要旨その2

肥満と生命予後の関連について調べたスタディの結果が2003年1月, JAMAに発表された。このスタディはKevin R.Fontaine(ジョーンズ ホプキンス大学, 米国)らによるものである。試験デザインとして, 1971年から1999年に行われた複数の大規模試験等(US Life Tables, NHANES ~ 等)より18～85歳の成人データが抽出された。BMIは整数値が用いられた。その結果, 過体重・肥満が生命予後に及ぼす影響は人種差, 性別差間において異なることがわかった。白人においては過体重・肥満と寿命の間にはJカーブまたはUカーブの相関がみられ, 生命予後を考慮すると, 最適のBMIは白人では23

～25, 黒人では23～30であった。肥満度のどのレベルにおいても, 高齢者層より若年者層に生命予後に対する大きな影響がみられた。20～30歳の白人男性

## 肥満と生命予後

でBMI45以上の者では寿命は13年短くなり, 同様の女性の場合は8年短かった。60歳以上の黒人では男女ともに, 過体重～中等度の肥満(moderate obesity)の範囲では生命予後に影響はみられなかったが, 重症の肥満(severe obesity)では影響がみられた。しかし, 若年黒人でsevere obesityの者は男性で20年寿命が短く, 女性では5年短くなるとの結果が得られた [JAMA 2003, 289(2), 187-193]

### 2. コメント

肥満が命を短くするというを疫学調査から導いたものとして評価される。これがどうして起こっているかということは単に太っているという重さだけでないことは明らかであり, どのような因子が最も強いのかという前向き試験が求められるであろう。

(編集部)