

ワークショップ **肥満症Q & A** <その1>

Q1：日本ではBMI22が標準体重とされていますが、欧米では標準体重はどのように考えられているのでしょうか。

井上 徳永先生、お願いします。

徳永 欧米では、標準体重という概念がもともとないので、その考え方については日本の方が先進国だと思います。欧米ではBMIで肥満の程度の基準を決めており、標準体重をはっきり決めていませんでした。米国では20年くらい前にメトロポリタン生命保険会社が、最も寿命の長いもののデータを身長ごとの体重にあてはめて示しました。この体重を理想体重(ideal body weight)と呼びました。そのmiddle frameの人の理想体重で標準体重を決

めていたのですが、これをBMIに換算しますと22.5くらいになります。それでわれわれはBMIをもとにして、疾病の一番少ない“標準体重”というものを作りました。しかし欧米では、標準体重というものは今でも使われていないようです。

井上 欧米ではBMI30以上を肥満としていますが、このあたりはしっかりしたデータはあるのでしょうか。

徳永 WHO(World Health Organization)でもNIH(National Institutes of Health)でも、BMI30以上を肥満と

していますが、米国ではBMI30以上の人は全人口の26%とかなり多くを占めています。また体型も日本人とは異なりますので、アメリカのBMI値を日本での意味と同様に考え、あてはめてはいけないと思います。日本ではBMIは低くても合併症が起こりやすいような肥満を治療の対象にする考え方ですし、実際に、BMIが25~30くらいの人でもさまざまな合併症が起こりやすいのです。

Q2：BMI25以上で腹部面積が100cm²以上を内臓脂肪型肥満と判定するというのですが、実際にBMI25以下でも、腹囲が男性で85cm、女性で90cm以上の方がいます。このような方はどのように判定したらよいのでしょうか。また、合併症との関係はどのように考えればよいのでしょうか。

井上 中村先生、いかがでしょうか。

中村 日本肥満学会が肥満症の診断基準を作成したときには、日本人の肥満はBMIで判定するということが肥満症の判定法として大前提でした。BMIが25以上になりますと、肥満にともなう健康障害も増えてきますので、肥満の判定基準としてはBMI25と決めています。

このご質問のように実際に、診療の場ではBMI25未満の方でも、腹囲が男

性で85cm以上の方はたくさんいらっしゃいます。そこで最近の考え方の流れとして、そういうBMI値25という数字にかかわらず、メタボリックシンドロームという概念が挙げられます。この概念は欧米も含めて世界中で非常に注目されていますが、BMI値ではなく腹囲値のみで腹部肥満と判定されています。

また腹囲はあくまでも内臓脂肪の量を推定する値であり、腹部CTで

100cm²を超えるような内臓脂肪蓄積の方が、身体全体の脂肪量の増加よりもより疾病と関連するという考えをもとに、動脈硬化のリスク判定法として、その重要性が強調されてきています。BMI25未満でも内臓脂肪が増えてきている方は、BMI25以上でも内臓脂肪が増えていない方よりむしろ疾病との関連は深いことがわかっており、これは非常に注意しなければいけない対象であるのご理解いただければと思います。