

ワークショップ 肥満症Q & A

Q：高齢者の場合はBMI値が少し高い方が環境ストレスへの抵抗性や防衛力が高まり、有利だとされています。BMI値と死亡率、罹患率との関連について教えてください。

坂田 BMIの基準値に従ってこれらた徳永先生、いかがですか。

徳永(市立伊丹病院内科) 老人の場合、BMIが少し高めの方が死亡率が低いというデータもあります。私どもでは罹患率から標準体重 = 身長(m) × 22という式を出したのですが、それについて国際ジャーナルのエディターの方から、年齢に制限をつけた方がよいという話があって、30歳から60歳に限って理想のBMIは22であることを英文のサマリーに書きました。必ずしも太っている人が寿命が長くなるということではなくて、寿命が短くなるのは30代、40代の時、太っていると、将来、心筋梗塞や脳梗塞というようないろいろな疾病を起こしやすいからということで、70歳や80歳の人に対して、標準体重がBMI22でよいということはまだ検討されていません。

坂田 他にございますか。

吉田(京都府立医科大学) 少し話がそれるかもしれませんが、内科的な合併症は内臓脂肪過多の状態に多いのですが、私どもの外来では、100kg以

上の方が120人くらいいます。確かにその半数には何らかの内科的合併症を認めます。しかし、女性の場合は内科的な合併症は持たないという人もかなりおられ、膝痛、腰痛のみ訴える人が多いのです。膝痛、腰痛がある人は運動を続けると痛みが悪化して普通の生活にも差し支える状態になります。運動はできないし、じっとしていると肥満はさらに悪化して、最後には寝たきりになる人もおられるのです。

それから、100kgを超えた人がそんなに日本にも多くおられるのかと思われるかもしれませんが、そういう中年女性に「あなたは普段どこにいますか」と聞きますと、「膝が痛いから家にいます」といいます。若い女の子の100kgを超えている人に同じ質問をいたしますと、「格好が悪いから家にいます」といいます。皆、家にいます。普段、皆様がお目にかからないだけなのです。実際には日本にはかなりの数の高度肥満者がいるのです。太っていると健康によくないから、病院に来て減量に成功すれば、膝痛、腰痛も治せると、マスコミを通じて皆様も呼

びかけてください。すると、100kgを超えた肥満者が病院に殺到し、皆様もこんなに日本でも太い人が大勢おられたかと驚かれると思いますよ。

奥田 脂肪を減らすのに一番効果があるのは飢餓状態、あるいは運動することで、一番先にやせるのは内臓脂肪細胞です。二番目にやせやすいのはウエストの皮下の脂肪細胞です。三番目が太股と上腕です。そして一番やせにくいのがバストです。ですからやせるために、食事を少し制限して飢餓の状態にしても、通常の状態と同じようにホルモンは分泌されます。交感神経が刺激されると副腎髄質ホルモン(アドレナリン)や副腎皮質刺激ホルモン(ACTH)が血中に増加しますが、ただホルモンが行ったところの細胞のresponseが違います。

バストが一番やせにくいもう一つの理由は、お乳を作るというもう一つの機能を持っているからです。バストの脂肪細胞が一番最後にやせていくような仕掛けになっています。