日本肥満学会 鼎談

肥満症対策に各医学会が連携

日本医学会連合 理事（朝日生命成人病研究所 所長）春日 雅人先生
日本肥満学会 理事長（東京大学大学院医学系研究科・帝京大学医学部）門脇 孝先生
日本肥満学会 常務理事 第39回日本肥満学会 大会長（神戸大学大学院医学研究科）小川 渉先生

肥満は万病の元といわれる。日本では生活習慣の変化にともなって20歳以上の肥満者（体格指数BMI25以上）の割合は、男性31・3％、女性20・6％（平成28年「国民健康・栄養調査」）に達し、特に男性では過去50年間で倍増した。日本肥満学会は、肥満のうち種々の健康障害を合併し医学的に対処すべき病態を「肥満症」と定義しているが、このたび多くの医学系学会と連携して、肥満症対策を始めることになった。いま、肥満症にどう対応していくのか。日本医学会連合理事（朝日生命成人病研究所所長）の春日雅人さん、日本肥満学会理事長（東京大学特任教授・帝京大学常勤客員教授）の門脇孝さん、同学会常務理事（神戸大学教授）で10月7、8日に神戸で開催される第39回日本肥満学会の大会長を務める小川渉さんに鼎談していただいた。【池田知隆】

領域を横断して対策を

小川渉・常務理事　日本肥満学会では、肥満に起因する健康障害として11の疾患（＊1）をあげています。肥満のもたらす多様な健康障害について国民に広く知っていただきたいですね。

門脇孝・学会理事長　いわゆる一般的な肥満と肥満症の違いをはっきりしなくてはなりません。脂肪組織には内臓脂肪と皮下脂肪があり、特に内臓脂肪が多いと健康に障害が出やすくなります。学会では2000年に内臓脂肪が過剰に蓄積し、健康障害を伴うなど減量治療を必要とする病態を肥満症と定義しています。

小川　肥満については糖尿病や高血圧、脂質異常症など内科系の病気を引き起こすことは広く国民にも知られていると思います。今回、内科系だけでなく外科学会や整形外科学会などの外科系学会なども参加され、多くの学会が肥満症対策に取り組むようになりましたね。

春日雅人・医学会連合理事　日本医学会連合は臨床系96、社会系19、基礎系14の129学会からなり、所属学会の会員総数は約100万人に達します。今回、医学会連合の呼びかけにより、関連ある学会が領域横断的に肥満症に対応していくためにワーキンググループを作りました。現在、23学会が参加していますが（＊2）、各学会が協力して肥満によって起こる病気をお持ちの患者さんに、より良い医療を提供できる体制を作っていきたいと考えています。

治療医学としての肥満症

小川　腰や膝の痛みなどの整形外科の病気においても減量は症状改善に役立ちます。あるいは、肥満と関係が深い非アルコール性脂肪性肝疾患であり、産婦人科系の病気やうつ病などの心の病気の一部も肥満との関係が指摘されています。このような様々な病気と肥満との関係は国民に十分理解されていないように思います。

門脇　肥満に関連してよく知られる言葉としてメタボリックシンドローム（内臓脂肪型肥満に脂質異常・血圧高値・高血糖のうち2つ以上を伴う状態、メタボ）があります。メタボリックシンドロームは生活習慣病や心血管疾患の発症を予防するために作られた概念です。肥満症は肥満によって引き起こされた健康障害であり、メタボ対策はいわば予防医学で、肥満症対策は治療医学とも言えます。メタボリックシンドロームが主に動脈硬化に基づく病気の予防を目的とするのに対し、肥満症という概念は、より幅広い病気の予防や改善を視野に置いています。

小川　肥満症治療では食事や運動などが重要ですが、最近は新しい治療法も開発されつつありますね。

春日　肥満症対策が重要なのは、肥満の改善が様々な病気の治療につながるからです。肥満症治療では、まず3％の体重減少を目標としますが、特定検診の結果からも、体重を3％減らせば、血糖値、血圧、肝機能など多くの検査の異常が改善することがわかっています。治療の原則は生活習慣の改善ですが、高度肥満症に対しては胃の一部を切除する手術療法が我が国でも健康保険の適用となっています。また海外ではいくつもの新しい肥満症治療薬が発売されています。日本でも肥満症治療薬の開発を進める必要があります。

社会としての取り組みを

小川　高齢者のサルコペニア（加齢による筋肉量の減少）は多くの病気の原因となり、健康に暮らせる期間を短くします。高齢者が増加する我が国で重要な医学的問題の一つです。

門脇　サルコペニアがあると内臓脂肪蓄積が起きやすいとされ、サルコペニア肥満と呼ばれます。高齢者では、筋肉量を減らさないことが大切です。タンパク質をはじめとする栄養の十分な摂取やスクワットやダンベルなど筋肉のレジスタンス運動がサルコペニア予防に効果があるとされています。肥満があっても一律に食事を減らすのではなく、年齢、内臓脂肪、筋肉量なども考慮にいれた、その人にあった食生活が重要です。

小川　体重が減っても、内臓脂肪が減らず、筋肉量が減っては健康長寿につながらないということですね。そのためには内臓脂肪量を日常診療で評価できることが必要であり、日本肥満学会ではCTによる内臓脂肪量測定が普及するよう活動しています。

春日　10月7、8日には神戸で小川先生が大会長を務められ、第39回日本肥満学会が開催されます（＊3）。そこでは23の学会代表とともに肥満症の治療や対策に各領域を横断して取り組む「神戸宣言2018」を発表する予定です。

門脇　肥満症は、患者個人の生活習慣改善の努力だけで解決はできません。例えば、コンビニや外食産業に関わられる方に肥満症対策に協力していただくことも有効かもしれませんし、街中のスポーツ施設の整備など社会環境も考えていかなくてはなりません。また、最近は子供の肥満の増加も大きな問題となっており、これには家庭や学校での取り組みも重要です。肥満症の患者さんの健康状態の改善のため、医学会だけでなく、家庭、学校、職域、社会などが協力して取り組んでいけるようになればと思います。

日本医学会連合 理事（朝日生命成人病研究所 所長）
春日 雅人先生

かすが・まさと／1973年東京大学医学部医学科卒業。同医学部第三内科入局、米国留学を経て1990年神戸大学医学部第二内科教授、2008年国立国際医療センター研究所長、2012年国立国際医療研究センター理事長、2018年より現職。日本肥満学会前理事長。

海外に遅れず肥満症治療薬の開発を（春日）

＊1：肥満に起因ないし関連し、減量を要する健康障害
（肥満症の診断基準に必須な健康障害）

❶ 耐糖機能障害（2型糖尿病・耐糖能異常など）
❷ 脂質異常症
❸ 高血圧
❹ 高尿酸血症・通風
❺ 冠動脈疾患・心筋梗塞・狭心症
❻ 脳梗塞・脳血栓症・一過性脳虚血発作
❼ 非アルコール性脂肪肝疾患
❽ 月経異常・不妊
❾ 閉塞性睡眠時無呼吸症候群・肥満低換気症候群
❿ 運動器疾患・変形性関節症（膝・股関節）・変形性脊椎症、手指の変形性関節症
⓫ 肥満関連腎臓病

日本肥満学会 理事長（東京大学大学院医学系研究科・帝京大学医学部）
門脇 孝先生

かどわき・たかし／昭和53年東京大学医学部医学科卒業。平成15年東京大学大学院医学系研究科糖尿病・代謝内科教授。平成30年同糖尿病・生活習慣病予防講座特任教授・帝京大学医学部附属溝口病院病態栄養学講座常勤客員教授。日本糖尿病学会理事長・日本肥満学会理事長。

内臓脂肪を減らすとともに筋肉量の維持が大切（門脇）

年代や学会の枠を越えて対策を

日常診療で内臓脂肪量測定ができる仕組みを（小川）

日本肥満学会 常務理事　第39回日本肥満学会 大会長（神戸大学大学院医学研究科）
小川 渉先生

おがわ・わたる／昭和59年神戸大学医学部卒業。米国スタンフォード大学留学などを経て、平成26年から神戸大学大学院医学研究科糖尿病・内分泌内科教授。日本肥満学会常務理事及び学術委員長。10月7日、8日に神戸市で開催される第39回日本肥満学会で大会長を務める。

＊2：領域横断的な肥満症対策に向けたワーキンググループ参加学会
日本肥満学会、日本内科学会、日本糖尿病学会、日本動脈硬化学会、日本高血圧学会、日本循環器学会、日本呼吸器学会、日本肝臓学会、日本腎臓学会、日本外科学会、日本小児科学会、日本産科婦人科学会、日本整形外科学会、日本病態栄養学会、日本体力医学会、日本癌学会、日本疫学会、日本老年医学会、日本脳卒中会、（オブザーバー参加）日本肥満症治療学会、日本臨床栄養学会、日本痛風・核酸代謝学会、日本総合病院精神医学会

＊3：第39回日本肥満学会は2018年10月7日（日）、8日（月・祝）に神戸国際会議場、神戸ポートピアホテルで開催。
詳細は大会HP（http://www.jtbw-mice.com/jasso39/）を参照

企画・制作／毎日新聞社営業総本部　広告

私たちは肥満症対策に取り組んでまいります

JMSF 一般社団法人日本医学会連合
Japan Society for the Study of Obesity 一般社団法人 日本肥満学会
大正製薬株式会社
FUJIFILM 富士フイルム ファーマ株式会社 FUJIFILM Pharma Co., Ltd.