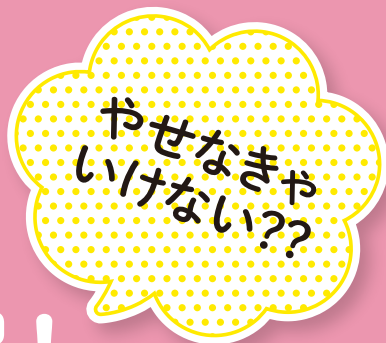




| 特集 |



苦手克服!

「肥満」の 向き合い方講座



企画 | 小澤 労 | 矢吹 拓

日本人の男性の3人に1人、女性の5人に1人が「肥満」とされています（2019年）*。新型コロナウイルス感染症（COVID-19）の流行により“コロナ太り”“在宅勤務太り”といった新たな問題も登場し、その数はさらに増えているかもしれません。

肥満は、さまざまな疾患のリスク因子です。COVID-19の重症化リスク因子にもなっています。ところが、「食べすぎないで」「運動してください」と減量指導をしても、なかなかやせない患者さんを前に「どうしたものか…？」と悩んだことはありませんか？ 指導の効果がなかなか出ないと、医師自身に苦手意識やネガティブな感情が芽生えてしまうことも…。

一方、容姿や体型に対する「ルッキズム」が社会問題になるなど、肥満に対する「スティグマ」の問題も見逃せません。肥満は、単に医学的な問題ではないのです。その原因には社会的・経済的格差や遺伝的要因などもあり、単に個人の努力の問題でもありません。

肥満というプロブレムに向き合う時、「体重」や「BMI」という数字だけではなく、患者さんの思いや生活、さらにその背景にまで目を向ける必要があります。そこで本特集では、すぐに活かせるエビデンスに基づく肥満診療を具体的かつ実践的に紹介するに加えて、医療人類学や倫理的観点からも肥満を見つめ直しました。患者さんが抱える複雑な問題を多面的に理解し、みなさんが「肥満」と向き合う一助にいただけたなら嬉しく思います。

*厚生労働省「2019年国民健康・栄養調査結果」

今月の Questions

Q1 「肥満診療」において留意すべきポイントは？ >>> 802

Q2 肥満は「個人の問題」なので、本人の努力が足りないだけでは？ >>> 805

Q3 肥満は「疾患リスク因子」になるの？ >>> 809

Q4 「アディポカイン」とは何か？ >>> 814

Q5 大きい身体サイズは、「平均からの逸脱」か、「疾病」か、
「意志薄弱」か、「食欲の罪」か？ >>> 820

Q6 肥満の改善を患者に指示・指導することは、「倫理的」に問題があるか？ >>> 825

Q7 繰り返し「栄養指導」を行ってもリバウンドしてしまう症例には、どう対応したらよい？ >>> 830

Q8 肥満治療における「運動・身体活動」の位置づけは？ >>> 835

Q9 肥満診療における最近の「考え方」の変化は何か？ >>> 840

Q10 「小児肥満」の治療目標は？ >>> 845

Q11 BMI $\geq$ 35の「高度肥満症患者」を診た時に、次にとるべきアクションは？ >>> 850

Q12 糖尿病の肥満症患者に対して減量を目的とした場合に、
日本で保険適用となる「薬物療法」は？ >>> 855

Q13 最近よく聞く「脂肪吸引術」「極端な低カロリーダイエット」って、結局どうなの？ >>> 861

Q14 日勤の労働者に「ランチにはサラダを」と食事指導を行う場合、
9時／13時／19時のどの時間帯がよい？ >>> 864