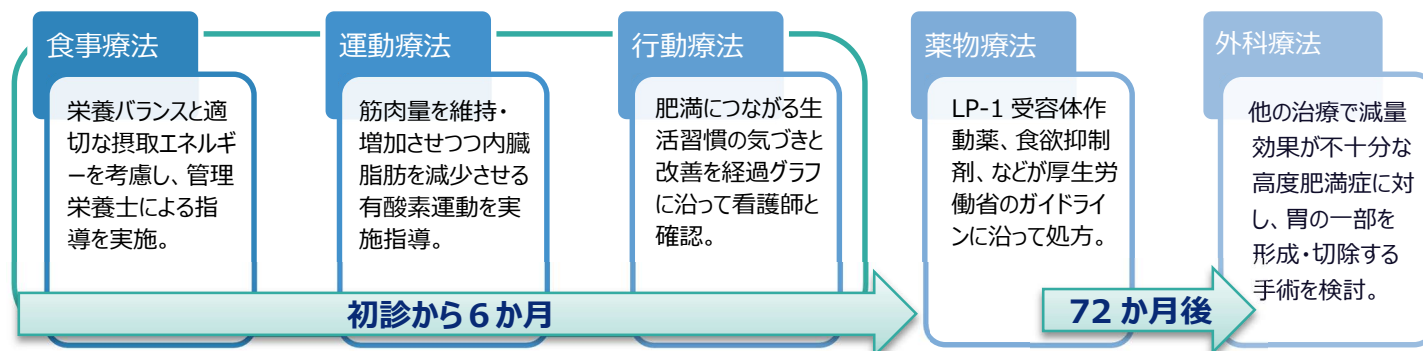


2. 肥満症の治療とステップアップ

当院での治療の流れ

治療の目的は体重減少そのものではなく、健康障害の改善と将来のリスク予防です。まず「現体重の3%減（高度肥満は5～10%減）」を目標に設定します。※薬物治療が始まっても食事・運動・行動療法は継続します。



3. 肥満症外来は第2週目の金曜午後（予約制）の専門外来で行っています

当院では左記のような「2年プラン」を組み、患者さんと一喜一憂しながら、医師・管理栄養士・看護師・薬剤師・事務員が一つのチームとなって指導に当たっています。

肥満症外来を通じて、「これからの病気を防ぐ」と同時に「今ある病気を良くし健康になる」ことを目指します。

紹介希望の患者さんがおられましたら、地域連携課までお気軽にご連絡ください。

肥満症外来担当医 大久保具明

患者さんのご紹介方法

① FAX を送る

紹介状を地域医療連携課まで FAX ください。

- 紹介状は貴院の書式で問題ございません。
- 予約希望日は患者さんとの調整も可能です。

② お電話での調整も可能です

③ 当院から予約日をご案内します

ご希望する診療科の予約が取れましたら、貴院へ予約票を FAX にて送信いたします。

地域連携課

TEL 042-558-0601(直通)
FAX 042-550-5190

受付 平日：8:30～17:15

※FAX は 24 時間送付可能ですが、受付時間外の予約票の送信は、翌日または休み明けの対応になります

2026.10

No.121

「肥満症外来」

地域連携センターニュース

公立阿伎留医療センターは、
医の心に重んじ、患者の生命と健康と
生活の質を考える良質の医療を実践し、
地域医療の最適化に努力します。





「肥満症」は 医学的な治療が必要な病気です

健康障害や内臓脂肪蓄積を伴う肥満は、将来の重篤な疾患につながる「負の連鎖」を引き起こします。無理のない医学的アプローチで健康寿命を延ばしましょう。

1. 「肥満」と「肥満症」は違います

肥満症外来の目的

患者さんの状態が「肥満」なのか、それとも治療が必要な「肥満症」なのかを正確に判断し、医学的根拠に基づいた適切な治療を受けるためには、専門の医療機関（肥満症外来や糖尿病内科など）への相談が重要です。

肥満症の治療は、決して患者さん自身を否定するものではありません。

日本肥満学会の肥満症診療ガイドラインでは、現体重の3%以上（高度肥満の場合は5～10%）を目標として減量を達成し、それを維持することで、肥満に関連するさまざまな健康障害が改善されることがわかっています。

肥満症治療の目的は、体重を減らすことではありません。肥満を原因とする健康障害（高血圧や脂質異常症など）を予防・改善することです。

肥満と肥満症の見分け方

肥満かどうかを判定するため BMI（身長と体重から体格の程度を数値で示すもの）を用いています。BMI は「体重(kg)÷身長(m)²」で計算され、18.5 以上 25 未満が普通体重、25 以上が「肥満」と判定され、体脂肪が過剰に蓄積している状態を指します。これは体重や見た目から判断される、いわば「状態」です。

「肥満症」 = BMI 25 以上（肥満） + 健康障害 または 内臓脂肪蓄積

※BMI 35 以上で該当する場合は「高度肥満症」

単なる「肥満」（脂肪蓄積）と異なり、肥満に起因・関連する下記の健康障害（合併症）1 つでもあり、医学的に減量が必要な状態を「肥満症」と定義します。これは、その肥満によって健康障害が起きている、または起きるリスクが高い状態を指します。

つまり、肥満症は医学的に「治療が必要な病気」として位置づけられているのです。

肥満症の診断に必要な健康障害（11 項目）

- | | |
|-----------------------------------|----------------|
| 1 耐糖能異常（2型糖尿病等） | 2 脂質異常症 |
| 3 高血圧 | 4 高尿酸血症・痛風 |
| 5 冠動脈疾患（心筋梗塞等） | 6 脳梗塞・一過性脳虚血発作 |
| 7 NAFLD | 8 月経異常・女性不妊 |
| 9 閉塞時睡眠時無呼吸症候群 | 10 肥満関連腎臓病 |
| 11 運動器疾患（変形性関節症（膝、股関節）、手指の変形性関節症） | |

放置することによる「悪循環」とドミノ倒し

「ただの肥満」と思ってほうっておくと、脳卒中や心筋梗塞など命にかかわる病気につながるおそれがあります。まるでドミノが倒れるように、次々と大きな病気を引き起こしてしまう可能性があります。さらなる深刻な病気に繋がる前に肥満症治療をすることで、ドミノの流れを食い止めることが必要とされています。

短期間で急激に体重を落とすのではなく、適切なサポートを受けることが、将来の健康リスクを減らし、無理のない形で健康的な体重管理を続けていくことにつながります。

2 型糖尿病	睡眠時無呼吸症候群	高血圧症	変形性膝関節症
リスク 5.2倍	リスク 5.1倍	リスク 2.0倍	リスク 1.7倍