

2025年6月

OPEN

# 『肥満・メタボ外来』を開設します

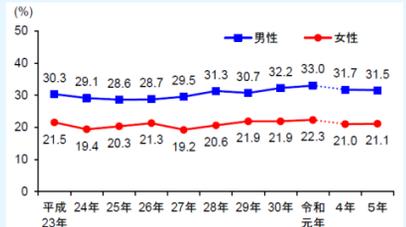
毎週火曜日【完全予約制】

担当医：浅原 哲子、布施 袈智穂  
長谷川 浩二、森 一憲

## 肥満・メタボとは？

近年、食生活の欧米化や運動不足から肥満・メタボの人が急激に増えており、最近の報告では日本の成人男性の**33.0%**、女性の**22.3%**が肥満であるといわれています。肥満やメタボになると、脂質異常症、高血圧、糖尿病などの生活習慣病が発症しやすく、動脈硬化が進み、最終的には心筋梗塞、脳卒中などの血管の病気が起こりやすくなります。これらは、体重を減らすことで、症状や状態を改善したり予防したりすることが可能です。

20歳以上の肥満者の割合の推移 (令和5年度 国民健康・栄養調査)



## 肥満と健康管理

- ◆ 肥満は、糖尿病などの生活習慣病のみならず、がんや心血管疾患などの発症リスクを高めます。
- ◆ さらに、高齢者では加齢により筋肉量が減少しやすく、「サルコペニア肥満」では転倒・骨折、要介護状態への移行リスクが高まります。
- ◆ このような健康上のリスクを低減するためには、専門医やメディカルスタッフによる個々の健康状態に応じた適切な支援（食事・運動療法など）が極めて重要です。



## 肥満に起因する健康障害

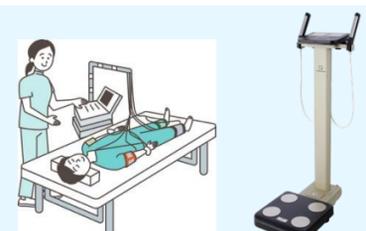
以下の11項目が挙げられています。

- 1) 2型糖尿病・耐糖能障害
- 2) 脂質異常症
- 3) 高血圧症
- 4) 高尿酸血症・痛風
- 5) 冠動脈疾患：心筋梗塞・狭心症
- 6) 脳梗塞：脳血栓・一過性脳虚血発作
- 7) 睡眠時無呼吸症候群
- 8) 脂肪肝 (NAFLD)
- 9) 整形外科的疾患：変形性関節症・腰椎症
- 10) 月経異常
- 11) 肥満関連腎臓病



## 検査について

- ◆ 体組成 (体重、体脂肪率、筋肉量、脂肪量)
- ◆ 心血管病リスクの評価
- ◆ 動脈硬化の評価



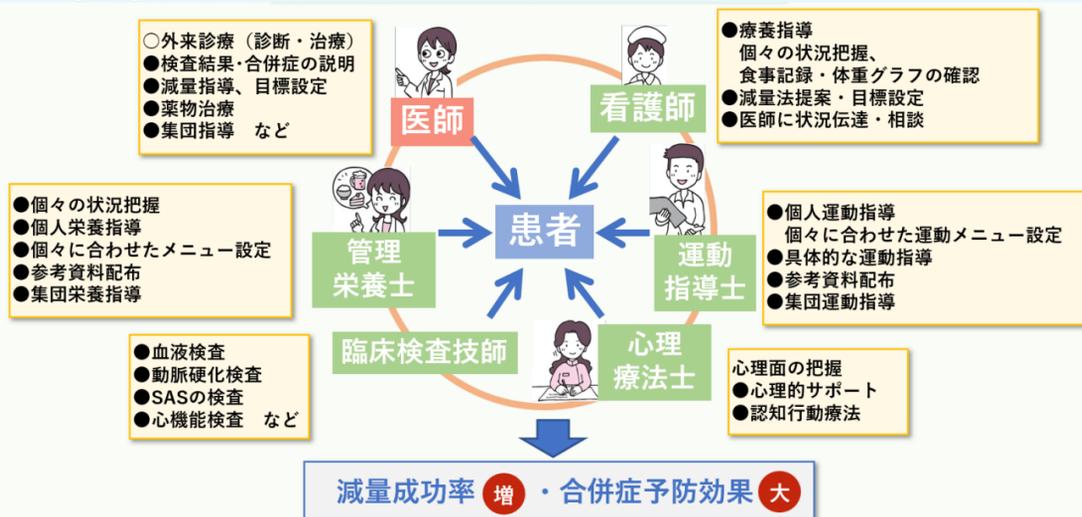
## 治療について

- ◆ **食事療法**：管理栄養士による適切な食事内容・方法について
- ◆ **運動療法**：理学療法士による簡単なエクササイズについて
- ◆ **薬物療法**：適応のある方には日本肥満学会指導医の下、最適使用推進ガイドラインに則り、肥満症治療薬の処方も可能



## チーム医療

医師、看護師、管理栄養士、理学療法士をはじめとする強力なチーム医療により減量をサポートします



## 代謝内科部長：浅原 哲子

日本肥満学会 肥満症専門医・指導医  
京都大学大学院 医学博士

これまで20年余に渡り、肥満・メタボ専門外来にて約3,000人の減量指導を行ってきました。



### 【出版図書】



### 【出演番組】

いただきますを言わない NHK あさイチ、NHK World、人が太るワケ(三笠書房)等 NHK あさイチ、NHK World、日本テレビ 世界一受けたい授業 等



## 【肥満・メタボ外来の受診について】

- 肥満・メタボ外来は毎週火曜日の午前中【完全予約制】の専門外来です。
- 当センター通院中の方は、診察時に主治医にご相談ください。
- かかりつけ医にご相談いただき、紹介状をお持ちのうえご予約ください。
- 紹介状をお持ちでない患者さんは、選定療養費がかかります。

電話 (予約センター) : 0562-46-2547

〒474-8511 愛知県大府市森岡町7-430  
国立研究開発法人国立長寿医療研究センター 代謝内科 (糖尿病内分泌内科)