

肥満・非肥満別と 18 歳からの体重増加率から検討した合併症予防のための目標体重

せんぽ東京高輪病院

高村晴美 柿崎祥子 徳永圭子 足立香代子 東郷真子 与芝真彰

【目的】肥満度と 18 歳時からの体重増加率のいずれが生活習慣病関連の疾患数、検査値に影響しているかを分析し、合併症予防のための目標体重を検討した。【対象と方法】対象は、生活習慣病の外来栄養指導に来院した患者 1573 人 (57.4 ± 11.8 歳) とした。方法は BMI $25\text{kg}/\text{m}^2$ 以上 (肥満) 699 人と未満 (非肥満) 874 人の別、18 歳からの体重増加率 10% 未満 (518 人)、10–20% 未満 (425 人)、20% 以上 (630 人) の別に 18 歳時の BMI、疾患数、検査値について検討した。【結果】肥満例は非肥満例に比べ明らかに疾患数 (2.2 ± 0.9 vs 1.8 ± 0.9 件)、18 歳時からの体重増加率、ALT、TG、 γ -GTP、拡張期血圧のいずれも高く、10% 以上増加例で異常値を示した。非肥満では、体重増加率 10% 以上は 10% 未満に比べ疾患数 (1.93 ± 0.86 vs 1.77 ± 0.88 件) が多く、TG が異常値で有意に高かった。ALT、 γ -GTP、拡張期血圧は体重増加率が多くなるに従い上昇したが、血糖値は肥満、体重増加率の別でも差異が無かった。18 歳時に痩せ例では 69% が 20% 以上の増加率を示し、疾患数 1.96 ± 0.84 件と多く、標準体重の人では増加率 10% 以上で 2.0 ± 0.88 件と全例の平均 1.99 件と同様に多かったが、BMI は $25\text{kg}/\text{m}^2$ 未満であった。【結語】非肥満においても 18 歳時からの体重増加率が 10% 以上、18 歳時に痩せであるが 20% 以上の増加率を示した例では、疾患数が有意に増加することから、目標体重は、BMI 以外に 18 歳からの体重増加率を活用するのが望ましいと考えられた。