

健康

質問

最近、体重が増えて困っています。太るとがんができやすくなるという聞きましたが、本当ですか。体重を減らすにはどうすればいいですか。



柏原 秀也
徳島大学病院
地域外科診療部
特任准教授

肥満の影響は？

回答 肥満度を表す体格指数として、BMI (Body Mass Index) があります。これは体重(㎏)÷身長(㎝)÷身長(㎝)で表されます。

このBMIが18・5未満であれば低体重(痩せ形)、18・5～25未満であれば普通体重、25以上であれば肥満と定義されています。

肥満は、糖尿病や高血圧などの生活習慣病の大きな要因であるだけでなく、がんのリスクを高めることも分かっています。

肥満の男性は食道がんや大腸がん(結腸がん、直腸がん)、胆管がん、膵臓がん、腎細胞がんになりやすく、肥満の女性

がんのリスク 高める



は卵巣がんと閉経後に乳がんになりやすいと言われています。

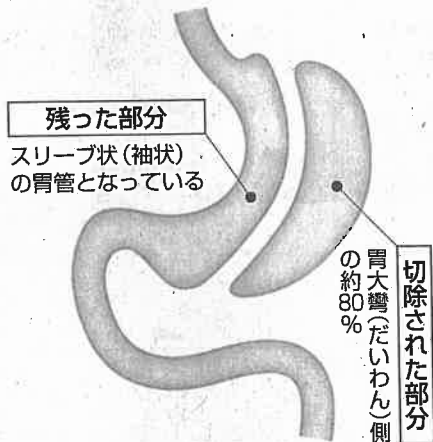
肥満に対する治療の基本は、食事療法、運動療法、薬物療法などの内科的治療ですが、BMIが35以上の高度肥満の患者では、内科的治療で一時的に体重の減少が得られてもリバウンドを繰り返す。

がん何でもクイズ

がん(がん)の語源は、乳がんの腫瘍がある生き物に見えたことからギリシャ時代の医師が名づけた。生き物とは何ですか。
①セミ ②カニ ③コイ

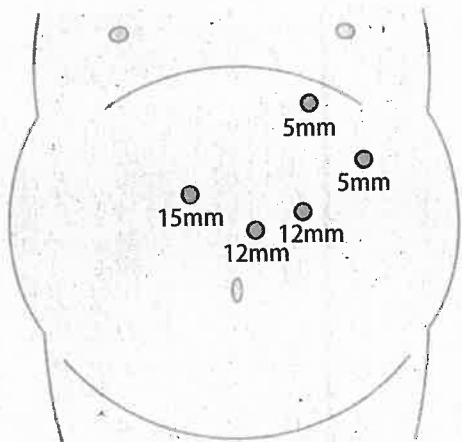
行こうよ！がん検診

腹腔鏡下スリーブ状胃切除術を示した図



※徳島大学病院80周年誌より作製

腹腔鏡下スリーブ状胃切除術の傷



胃の縮小手術が有効

肥満外科治療とは、体重の減少を目的に、おなかの中で行う胃の縮小を伴う手術です。脂肪吸引などは含みません。

現在、わが国で行われている高度肥満症に対する手術の約90%は腹腔鏡下スリーブ状胃切除術という方法です。これは胃の外側の部分を約80%切り取ってバナナのように細くし、胃の容量を小さくする手術です。さらにこの手術は腹腔鏡で行っており、開腹手術と比べ、かなり小さな傷で施行可能です。

術後は胃の容量が小さくなり、食事が少しずつしか取れなくなるので摂取エネルギーが減り、結果的に体重が減少します。また手術の後、それまで使っていた内服薬やインスリン注射が少なくなったり、不要になったりすることが数多く報告されています。

このように肥満はさまざまな病気の発症と関係がありますので、一度医師に相談してみましょ