

知っておきたい  
診療技術

長野県初の肥満専門外来



消化器内科部長  
前川 智

肥満や糖尿病などの肥満随伴疾患の罹患者数は増加傾向にあり、2013年度の国民健康・栄養調査（厚生労働省）によると、成人人口に占める肥満（BMI 25 kg/m<sup>2</sup>以上）の割合は、男性28.7%、女性21.3%です。日本人の場合、欧米人と比較して、肥満の程度が比較的軽い段階から生活習慣病を発症しやすいといわれていますが、わが国において、肥満を対象とする診療科は非常に少ないのが現状です。そこに着目し、当院では新たな治療を開始します。

肥満症における食事療法の教育入院（ダイエット入院）

これは、肥満症に対する食事療法を中心とした約1週間の教育入院プログラムです。私の研究では、肥満症に対する食事療法として、カロリー制限食（エネルギー制限食）よりも糖質制限食の方が有効であり、その概念をもとに1日糖質摂取量が

120g/日以下になるよう食事指導を行います。前赴任先でも「ダイエット入院」という名前でも500名以上の患者さんの教育入院および2年間の外来フォローを行ってきましたが、1年で平均約13kgの体重減少を認めています。このダイエット入院に関しては、2016年1月にテレビ番組で取り上げられ、私も解説者として出演しました。このような肥満症に対する糖質制限食



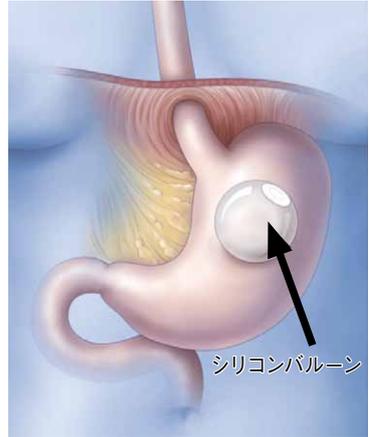
糖質制限食例

の教育入院を行っている病院は全国にも数病院しかなく、長野県では初めての取り組みとなります。当院においても、精神科医師、管理栄養士、理学療法士等と協力し、より一層充実した教育入院プログラムで、肥満症に悩む方々の治療を行います。

内視鏡的胃内バルーン留置術

100kg以下の中等度肥満の方はダイエット入院を行うだけでも十分に効果がありますが、100kgを超えるような高度肥満の方は、食事療法のみでは理想体重に達しない場合があります。そのような患者さんに対して行うのが、1980年代後半から欧米を中心に施行されている「内視鏡的胃内バルーン留置術」です。内科的治療と外科的治療（手術）の中間に位置する

治療で、経鼻内視鏡で観察しながら、胃内にシリコンでできたバルーンを入れ、その内部を生理食塩水で満たし（直径約10cmの大きさになります）、そのまま6ヶ月間留置します。治療は「簡単な



な麻酔で10分程度」と、通常の胃カメラと同じ感覚で受けられます。もちろん身体に傷も残りません。留置6ヶ月後のバルーン抜去も内視鏡下で行います。

この治療の目的は、胃の容積を小さくするだけでなく、胃内容の排泄を遅らせることで食事摂取量を減らし、体重を減少させることです。私はこの「内視鏡的胃内バルーン留置術」を日本国内歴代2位となる48例に施行し、バルーン留置後12ヶ月で平均15kgの体重減少効果を認めています。

長野県で肥満専門外来を行っている病院は他にはなく、当院はその先駆けとして肥満症治療に力を注いでまいります。