

シリーズ① 今なぜ“メタボリックシンドローム”？

内科（消化器科）部長 芦沢 信雄



2006年の日本人平均寿命は女性が85.81歳で世界第一位、男性は79.00歳で世界第二位と現在に至るまで一貫して伸びる傾向にあります。しかし、出生率の低下に伴い超高齢化社会へと移行しつつあり、社会経済を支える労働人口の確保が危惧されています。そして近年、食生活の欧米化に伴って若い人たちも含めて肥満、糖尿病、高脂血症が激増しているという現状も気がかりです。

極端なことを言えば、欧米人が弱肉強食の中を生き抜いてきた民族の子孫であるのに対して、日本人は厳しい環境に耐え、少ない食料でも栄養を効率よく貯蔵し飢餓に耐えられる体質（儉約体質）を持った者だけが生き残り子孫を残すことができたのです。このような儉約体質の日本人は欧米人と比べて飢餓に強い一方で過食による肥満に対しては非常に弱く、図-1のように“内臓脂肪型肥満”を介して、高血圧、糖尿病、高脂血症、そして脳梗塞や心筋梗塞へと進みやすく、これが“メタボリックシンドローム”なのです。“内臓脂肪型肥満”とは図-2に示すように皮下よりも内臓側に脂肪が貯まった状態で女性よりも男性に多く、皮下脂肪型よりも問題となります。

ところで20歳以上の男性を見渡してみてください。なんと腹の出た人の多いことか！この中に危険なメタボリックシンドロームの人がかなりいるはず。その上図-1に示したようにストレス、飲酒、喫煙が重なると危険率はさらに倍増します。このままでは日本の先行きが危ぶまれるため、政府も対策に乗り出してきたわけです。“メタボリックシンドローム”は決して、ただの肥満ではありません。くれぐれも甘く見ることがないようにしてください。次回のこのコーナーでメタボリックシンドローム診療の現状と問題点について説明いたしますが、今すぐにでもメタボリックシンドロームについて詳しい内容を知りたい方は、当院内科外来または整形外科外来にあるポスターと説明用冊子をご覧ください。

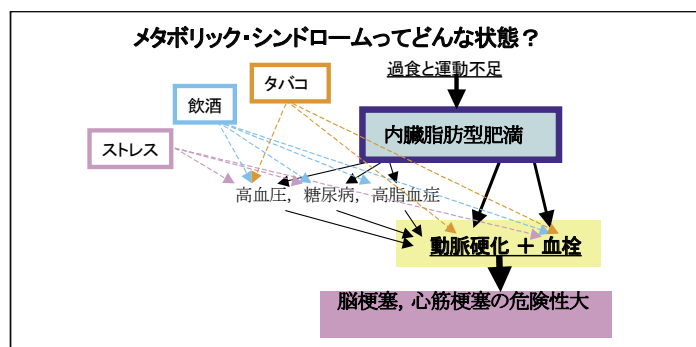


図-1

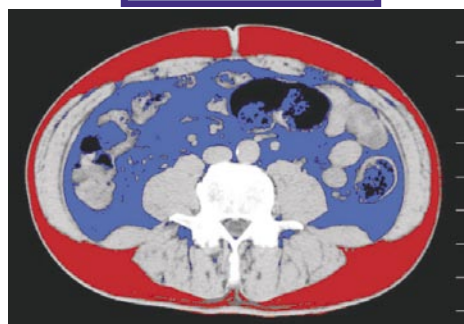
図-2

肥満の分類（どんな肥満が危ないの？） < 臍部横断面の腹部CT画像 >

内臓脂肪型肥満

の方が危ない！

皮下脂肪型肥満



青：内臓脂肪 赤：皮下脂肪

