

一月往ぬる二月逃げる三月去るとはよく言ったもので四月は何かと考えているうちに半分が過ぎようとしています。この3ヶ月でインパクトが大きかったのはWBC日本優勝でしょう。特にメキシコ戦での村上様の逆転タイムリーや、決勝戦最終打席のマイク・トラウトと大谷さーんの伝説的な名勝負など、いま思い返しても興奮がよみがえります。長かったコロナ禍も終わりようやく日常を取り戻しつつある今日この頃。春の陽気を利用して野球のみならず体を動かし、冬ごもりで蓄えた脂肪を燃焼していきたいものです。

すでに今年が終わってしまいましたが3月4日世界肥満の日。日本ではBMI 18.5kg/m²未満が低体重、18.5以上25kg/m²未満が普通体重、25kg/m²以上で肥満、35kg/m²以上で高度肥満と定義されています。肥満症診断ガイドライン2022ではBMI 25kg/m²以上で糖尿病などの肥満に伴う健康障害を持っている場合は肥満症とし積極的な減量を推奨しています。

減量の方法(ガイドライン推奨)

- ①肥満治療食: 高度肥症→20~25kcal/kg/日以下、肥満症→25kcal/kg/日以下
- ②運動療法: Walking 軽めの筋トレ → 継続困難
- ③薬物療法: 食事運動を施しても減量困難な症例には以下の薬剤が検討されます。
- ④外科治療: 内科治療に抵抗性で精神疾患のコントロールができていない人には手術療法も提案。



薬剤名	サノレックス	防風通聖散	オルリスタット	セマグルチド
商品名	マジンドール	防風通聖散	アライ	ウゴービ
投与方法	内服	内服	内服	注射
製薬会社	富士フィルム	ツムラ	大正製薬	ノボ・ノルディスク
対象患者	食事運動療法の効果が不十分な高度肥満症(BMIが35以上)における食事及び運動療法の補助	特に制限はない 推奨はBMI25以上、高コレステロール血症、耐糖能異常のある患者	男性は腹囲85cm以上、女性は90cm以上で肥満以外の健康障害を認めない。	①BMI35以上 ②BMI27以上で二つ以上の肥満に伴う健康障害がある ③肥満症で食事、運動療法でも改善が診られない人
作用機序	セロトニン取り込み阻害+視床下部満腹中枢への直接作用	麻黄によるNA分泌に伴う熱産生亢進作用。	膵酵素を阻害し脂質吸収を阻害する	糖尿病治療薬(GLP1受容体作動薬)の食欲抑制効果を利用している。
効果	プラセボと比較して1.7kgの体重減少効果	内臓脂肪優位に体重減少した臨床研究あり。	2.78%の体重減少効果 内臓脂肪面積12.5%減少	セマグルチド2.4mgで75%の人で体重の10% 35%の人で20%以上の体重減少効果
副作用	口渇感、便秘、睡眠障害、肺高血圧	血圧上昇	脂肪便、下痢、肝機能障害	急性膵炎、悪心、下痢、便秘
注意点	依存性あり 投与期間3か月制限	虚弱体質の人には向かない	便失禁のリスクが高く継続困難	糖尿病治療薬であるため低血糖リスクあり。

2023年3月に承認されたウゴービはこれまでの抗肥満薬とは一線を画した効果が得られます。薬価は高いですが適切な患者に投与することで大きなメリットが得られます。



減量手術は、世界で年間60万件と胆石の手術より多いと言われています。日本では腹腔鏡下スリーブ状胃切除術が保険で受けれます。

