

メタボリックシンドローム・内臓肥満と各種疾患について

内科 池田 真幸

生活習慣、特に食生活の欧米化（高カロリー、高脂肪食）に伴い、本邦においても肥満、特に内臓脂肪型肥満の増加が危惧されています。従来心血管病変の危険因子として問題とされてきたメタボリックシンドロームは、近年消化器疾患や一部の腫瘍性疾患などとも関係していることが明らかになってきています。本邦で2005年に提唱された診断基準では、腹囲で評価する内臓肥満（男性85cm以上、女性90cm以上）を診断必須項目とし、それに加えて脂質代謝異常、高血圧症、耐糖能異常のうち二項目以上を満たすものとしています（※表1）。

※表1.メタボリックシンドロームの診断基準

必須項目
・ウエスト周囲径 男性≥85cm 女性≥90cm
追加項目
① 脂質代謝異常 トリグリセリド(中性脂肪)≥150mg/dl かつ/または HDLコレステロール<40mg/dl
② 高血圧 収縮期 血圧≥130mmHg かつ/または 拡張期 血圧≥85mmHg
③ 耐糖能異常(空腹時高血糖) 空腹時血糖≥110mg/dl
必須項目+追加項目3つのうちの2つ以上を満たすことが条件

内臓脂肪型肥満はしばしばインスリン抵抗性を伴います。インスリンは膵臓から分泌される血糖を低下させる作用のあるホルモンですが、インスリン抵抗性とは肝臓や骨格筋などにおいてその

作用の感受性が低下した状態をいいます。インスリン抵抗性が増すとインスリン分泌が増し、高インスリン血症となります。インスリンは細胞増殖を促進する働きがあるため、腫瘍発生等にも関与しているのではないかと考えられています。また、内臓脂肪が増加すると脂肪組織に慢性炎症が生じて炎症性物質が分泌され、それらによって動脈硬化およびメタボリックシンドローム自体が進行すると考えられています。

<関連疾患>

動脈硬化性疾患以外でメタボリックシンドロームとの関連性が認められている疾患について、特に消化器系疾患を中心に記載します。

・**肝疾患**:肝臓内に脂肪が過剰に蓄積してしまうと脂肪肝となります。近年本邦でも脂肪肝を有する方が増加しており、成人病年齢未満の若年層においてもしばしばみられるようになってきています。軽度の脂肪肝であればあまり伴いませんが、中等度以上になると肝臓障害(肝臓酵素の上昇)を伴ってくる場合があります。肝臓は沈黙の臓器と呼ばれるように障害を生じても基本的に痛みを感じませんので、採血検査や超音波検査等を定期的に行わないと知らないうちに肝臓障害が進んでしまっているといったことも少なくありません。

・**胆道・膵臓系疾患**:胆石形成には様々な要素が関連しておりますが、メタボリックシンドロームも誘因の一つと考えられています。肝臓と同様に膵臓の脂肪化にも関係していると考えられています。

に膵臓の脂肪化にも関係していると考えられています。

・**胃酸逆流性疾患**:メタボリックシンドロームに伴う胃酸逆流症は、内臓肥満による内臓脂肪増加に伴い腹腔内圧が上昇し、胃酸が食道に逆流しやすくなるためと考えられています。胃酸逆流症が生じると胸やけ症状が出現し、ひどくなると食道が胃酸により炎症を起こした状態(逆流性食道炎)になり、投薬を要することもあります。

・**腫瘍性疾患**:消化器・腎臓・婦人科系の腫瘍との関係が報告されていますが、消化器系においては近年増加傾向にある大腸癌は内臓脂肪型肥満や二型糖尿病との関係性が特に高いと考えられています。

<治療>

治療法としては、高脂血症薬やインスリン抵抗性改善剤などの薬物治療も行われていますが、やはり食事療法・運動療法およびそれらによる減量が最も根本的な治療方法であります。減量によって内臓脂肪過多を解消することによりインスリン抵抗性および脂肪組織の炎症が改善され、成人病疾患のみならず、前述のような各種疾患の発病も抑制されるものと考えられます。しかし食事・運動療法の導入や維持は容易でない場合も少なくないため、定期的な医師の診察、保険師によるカウンセリング・生活指導、栄養士による食事指導等を行い、無理なく継続的に体重のコントロールを行っていくことが重要と思われます。

最新MRI装置が稼働します

3月26日より行っておりましたMRI（磁気共鳴断層撮影）装置の更新工事も終了間近となり、いよいよ5月9日（月）より最新MRI装置が稼働を始めます。

工事期間中はMRI検査を行うことができず、また騒音等で皆様にご迷惑をおかけ致しまして、大変申し訳ありませんでした。最新MRI装置の詳細につきましては、次号にてご案内させていただきます。どうぞご期待下さい。



PHILIPS社製 Achieva 1.5T A-Series R3.2

東日本大震災で被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます

新任医師紹介

「4月1日より
赴任しました。」



内科 鈴木 拓也
趣味：スノーボード、カラオケ
ひとこと：
はじめまして。内科一般、消化器を担当しております鈴木と申します。よろしくお祈りします。



整形外科 栃尾 秀典
趣味：釣り
ひとこと：
お困りの方、いらしてください。



眼科 池原 正康
趣味：映画鑑賞
ひとこと：
沖縄出身です。今まで以上に地域の皆様に信頼され頼られる眼科診療に努めて参りますので、よろしくお願いいたします。