

O12-2 ポリファーマシーに対する糖質制限食による減量治療の有効性

○中村 巧¹、木之瀬沙希¹、中筋 充美¹、岡野 孝子¹、松田奈津子¹、
柳 良江¹、板東 浩²

¹医療法人社団中村整形外科リハビリクリニック、²徳島大学

【背景】現在、日本では高齢化に伴い、複数の病態や疾患を抱えた患者が急増しており、ポリファーマシーが大きな問題となっている。当院では、2003年～2014年の12年間で肥満患者2447症例に2名の管理栄養士が栄養指導を行ってきた。主に整形外科的疾患（量的肥満）に対してであるが、その中には内科的疾患（質的肥満）によるポリファーマシーに陥っている患者も多い。【目的】ポリファーマシーをいかに改善していくかが、臨床現場での大きな課題である。今回は、糖質制限食と運動による健康的な減量の有効性を検討する。【対象】1) 整形外科的疾患がある肥満患者2447症例を検討した。(2003～2014年) 2) 肥満外来受診患者で高血圧263例・脂質異常症295例・糖尿病54例(但し、重複例を含む)を検討した。(2011～2014年)【方法】糖質制限食(糖質10～33%)による栄養指導を行った。さらに、油圧式筋トレマシン・有酸素運動マシンなどによる運動療法を指導し、体脂肪率を減らし、筋肉率を増やす健康的な減量を目標とした。【結果】1) 2447症例中、減量率2.5～5%は501例(20.5%)、減量率5～10%は777例(31.8%)、10%以上は632例(25.8%)であり、減量率2.5%以上は計1910名(78.1%)であった。2) 投薬中止例は、高血圧263例中40例、脂質異常症295例中36例、糖尿病54例中5例であった。LDLコレステロールは139.0→127.0(mg/dl)、中性脂肪は133.3→84.2(mg/dl)、HbA1c値は6.8→5.6(%)となり、中性脂肪とHbA1cでは良好な改善がみられた。投薬中止例では、減量率5%～10%で81例中32例(39.5%)、減量率10%以上で38例(46.9%)となった(重複例を含む)。【結論】糖質制限と運動療法による戦略的な減量により、生活習慣病の薬を中止できることも可能である。質的肥満に対しては一般的に3～5%の減量率が目標とされているが、10%以上減量できれば、さらなる効果が期待できる。健康的な減量は、整形外科的疾患にとどまらず、内科的疾患を含めたポリファーマシー改善に非常に有用であり、全国に広げていく所存である。

第15回日本抗加齢医学会総会
15th Scientific Meeting of the Japanese Society of Anti-Aging Medicine

Anti-Aging Bliss!
医学、運動、栄養のすてきな連携

プログラム・抄録集
2015年5月29日(金)・30日(土)・31日(日)

福岡国際会議場
〒812-0032 福岡県福岡市博多区石城町2-1
TEL:092-262-4111

会長 大慈弥 裕之
福岡大学医学部形成外科学 教授



抄録集 p207

【第2日目】5月30日(土) 第6会場(福岡国際会議場 4F 中会議室 413+414)

一般演題 12

14:50～15:50

座長：益崎 裕章(琉球大学大学院医学研究科内分泌代謝・血液・膠原病内科学講座(第二内科))
辻 智子(日本水産株式会社生活機能科学研究所)

食生活・サプリメント 2

O12-1 飲食物中 AGEs 及び糖毒性の真実～現代の食生活に潜む落とし穴～
竹内 正義(金沢医科大学総合医学研究所)

O12-2 ★ポリファーマシーに対する糖質制限食による減量治療の有効性
中村 巧(医療法人社団中村整形外科リハビリクリニック)

O12-3 やせ願望による栄養摂取不足は骨の健康を損なう

太田 博明(国際医療福祉大学臨床医学研究センター/山王メディカルセンター女性医療センター)