

外 来

月・水・木曜日 午前

担当医：小笠原 大介
(第二循環器科部長)

【受付・診察】8:25~11:00

肥満症のセルフチェック

BMI $\geq$ 25

BMI(体格指数)の計算式
BMI = 体重(kg) ÷ 身長(m) ÷ 身長(m)



以下に示す健康障害の有無

- | | |
|--------------------------|----------------------------------|
| ☐ | 糖尿病・耐糖能障害 |
| ☐ | 脂質異常症 |
| ☐ | 高血圧 |
| ☐ | 高尿酸血症・痛風 |
| ☐ | 心筋梗塞・狭心症 |
| ☐ | 脳梗塞・一過性脳虚血発作 |
| ☐ | 脂肪肝(代謝異常に関連) |
| ☐ | 月経異常・女性不妊 |
| ☐ | 睡眠時無呼吸症候群 |
| ☐ | 運動器疾患・関節痛 |
| ☐ | 腎臓病 |
| ☐ | 腹囲：男性 $\geq$ 85cm・女性 $\geq$ 90cm |

該当する方は減量サポート外来
への受診をお勧めします

病院周辺地図



交通アクセス

道南バス「日赤入口(北海道)」から徒歩3分

道南バス「日赤前(伊達市)」から徒歩5分

JR伊達紋別駅からタクシーで10分

高速道路伊達インターから車で5分

駐輪場あり

駐車場あり

お問い合わせ・予約

日本赤十字社
伊達赤十字病院

〒052-8511
北海道伊達市末永町8-1番地
TEL: 0142-23-2211
URL <https://date.jrc.jp>



伊達赤十字病院

減量サポート外来 のご案内

Information

肥満と違い、肥満症は 治療が必要な疾患

運動しても、食事制限しても
なかなか減量できないあなたへ

肥満症になるのは
「自己責任」ではありません

肥満症は様々な要因が関わり合っています



遺伝



胎児期の
栄養状態



摂取と消費
バランス



ライフスタイル



環境



ストレス

思い当たる方は早めの受診を!

肥満症とは

肥満は、脂肪が過剰に蓄積し
BMI 25以上の状態

一方で

肥満症とは、BMI 25以上かつ
肥満に起因する健康障害を合併し
医学的に減量が必要な状態

肥満

BMIが25以上



肥満症

BMIが25以上

+



肥満が原因もしくは
関連する11疾患

または

内臓脂肪型肥満

腹囲 男性85cm以上 女性90cm以上

肥満者が直面する偏見

肥満症は必ずしも自己責任で起こる
のではなく、自分ではコントロール
できない要因が多くあります

『体重が減らないのは自己管理の問題
だから医療を受ける対象ではない』

というのは**間違った考え方**です

肥満症による健康リスク

肥満症は単に“体重”の問題ではなく
心臓・脳・腎臓など、さまざまな命
に関わる健康リスクを悪化させます



耐糖能異常
2型糖尿病



高血圧



脂質異常症



狭心症
心筋梗塞



脳卒中
脳梗塞



睡眠時無呼吸
症候群

肥満症を治療する目的

肥満症がもたらす健康障害は
ドミノが倒れるように
深刻な病気につながる可能性があります
それを**予防・改善**することが目的です



肥満症治療

肥満がもたらす
将来の健康障害
例: 慢性腎臓病、
心血管病、
動脈硬化など

肥満症の治療法

肥満症治療では、
肥満を原因とする**健康障害**を予防
するために**減量**を行います

従来の治療



食事療法



運動療法



行動療法

まずは**食事・運動・行動療法**
を行い、効果が不十分な場合には
“薬物療法”の実施を検討します

新しい治療の選択肢 “GLP-1受容体関連薬”

新しく使用可能となったGLP1受容体関連薬で
あるウゴービ®・ゼップバウンド®は、主に
中枢神経に作用し、食欲を抑制する
ことで減量が期待できます

日本や海外の臨床試験によって
10-20%(平均15%)の体重減少効果
が示されており、
従来治療では十分な効果が出なかった方
にも有用であると考えられています

※当院は新規GLP-1受容体関連薬使用にあたり
施設基準を満たした医療機関です
※当院では保険診療に則って治療を行います