2021.4 vol.32 No.1

特集 食事療法と運動療法

特集にあたって

田村　好史
順天堂大学大学院スポーツ医学・スポートロジー先任准教授
同　代謝内分泌内科学准教授
順天堂大学国際教養学部グローバルヘルスサービス領域教授

わが国では健康寿命の延伸を目指した取り組みが加速している。健康寿命の延伸のための取り組みとしては，糖・脂質代謝状態の改善が重要であり，現在もメタボリックシンドロームに対する介入が進められている。これにより，疾病予防的な取り組みは医療のなかだけに留まらず，自治体，保険組合でも進められ，さらにヘルスケアは産業化が進み，今後より多面的な取り組みが期待される。特に，糖・脂質代謝疾患の予防・改善には，食事療法と運動療法がきわめて重要であり，誰でも取り組みやすい反面，エビデンスの整理や理解が必ずしも十分でない部分も多く，今後はその整理や正しい理解，生理学的な裏付けなどについて，医療関係者のみならず，一人ひとりが深く知る必要があると考えられる。そこで，食事療法と運動療法の意義について，エビデンスやその基礎的な裏付け，今後の展開などを含む特集を企画させていただいた。各章とも最先端の情報がわかりやすくまとめられており，専門の医師のみならず多くのコメディカルの方や研究者にとっても有益な内容になっている。内容の詳細については，各章をご覧いただくとして，ここでは簡潔に本特集号をoverviewしたい。

糖尿病治療において，ここ10年の大きな変化としてインクレチン製剤の登場があげられる。特にGLP-1の発見とその基礎的な研究が過去数十年に渡り大きな進歩をみせ，それにより薬剤開発に結び付いた。さらにGLP-1製剤を用いることにより，ヒトにおいてもインクレチンの多彩な作用が多くみつかることになり，その作用に基づいた食事療法の新たな方法論が検討されている。その一つは食べる順番により食後の高血糖を改善させうることが明らかとなり，そのメカニズムとしてインクレチンホルモンの分泌量の違いが考えられている。動物での薬理的作用と，実際にヒトで応用した場合の反応に大きな差を認めることが多くあり，実際にヒトで使用した場合にはじめて明らかとなることもある。したがって，新たな薬剤の登場は，今後の食事・運動療法を見直すきっかけの一つとなりえ，さらにこの分野の発展が期待される。

腸内細菌の研究は，近年格段の進歩をみせた。特に，食事と腸内細菌叢は密接な関連があることにより，腸内細菌叢の研究は新たな食事療法の在り方を探る上で，きわめて重要な研究となりうる。特に，食事の組成や食物繊維だけでなく，摂食のタイミングにより腸内細菌叢に変化が生じる可能性が指摘されている。また，腸内細菌叢には人種差，個人差などさまざまな体質の個人差を説明する因子としても重要である可能性があり，今後の医療で重要なキーワードとなる個別性を考える上でも，これからさらなる研究の進歩が待たれる。特に，食事の嗜好や太りやすさ，さらに食事療法の組成，アドヒアラン

SAMPLE
Copyright(c) Medical Review Co.,Ltd.