

高齢者における肥満と動脈硬化性疾患

東京都健康長寿医療センター糖尿病・代謝・内分泌内科 田村 嘉章

KEY WORDS

- 高齢者の肥満
- メタボリックシンドローム
- サルコペニア肥満
- 低栄養
- 体重減少

Association between obesity and atherosclerotic diseases in older persons.

Yoshiaki Tamura (専門部長)

I. 高齢者の肥満，腹囲増加，メタボリックシンドロームの疫学

肥満はわが国ではbody mass index (BMI) $\geq 25\text{kg}/\text{m}^2$ で定義される。加齢に伴い肥満を呈する者の割合は増加するが，平成29年国民健康・栄養調査では，BMI $\geq 25\text{kg}/\text{m}^2$ の者は，男性では40～60歳代にピークがあったのに対し，女性では70歳代まで増加しており，80歳以上ではいずれも低下していた(図1)¹⁾。

メタボリックシンドローム (metabolic syndrome : Mets) は，内臓脂肪蓄積，中心性肥満に加え，高血圧，耐糖能異常，脂質代謝異常などの代謝異常を合併した症候群であり，単純性肥満よりも血管病変が進行しやすい。Metsの診断基準にはさまざまなものがあり，注意が必要である。わが国および国際糖尿病連合 (IDF) の基準では腹囲が必須条件であるが，米国心臓協会/米国国立

心肺血液研究所 (AHA/NHLBI) の基準では必須項目とはなっていない(表)。わが国で年齢別に腹囲がMetsの基準 (男性 $\geq 85\text{cm}$ ，女性 $\geq 90\text{cm}$) を超えている者の割合は，男女とも高齢になるほど高くなっていった¹⁾。一方，高齢者では筋肉量の低下により，肥満がなくても腹囲のみ高値である者 (いわゆる隠れ肥満) の割合が増加しており注意が必要である。高齢者では腹囲の増加とともにMetsの割合も増加する。Metsが強く疑われる者 (わが国基準の耐糖能異常をHbA1c $\geq 6.0\%$ とし，中性脂肪値を診断から外した者) の割合は，男女とも70歳以上で最大であり，75歳以上でもほぼ同様であった(図2)¹⁾。

II. 高齢者における肥満(BMI高値)と動脈硬化性疾患の関連

中年期の肥満が動脈硬化性疾患のリスクになることはよく知られている