

図1. 肥満がもたらす病気

インスリン抵抗性

- 2型糖尿病
- 高血圧
- 動脈硬化
- 脳梗塞
- 脂肪肝

その他

- 喘息
- 睡眠時無呼吸症候群
- 変形性関節症
- 神経変性(認知症を含む)
- 胆石
- がん

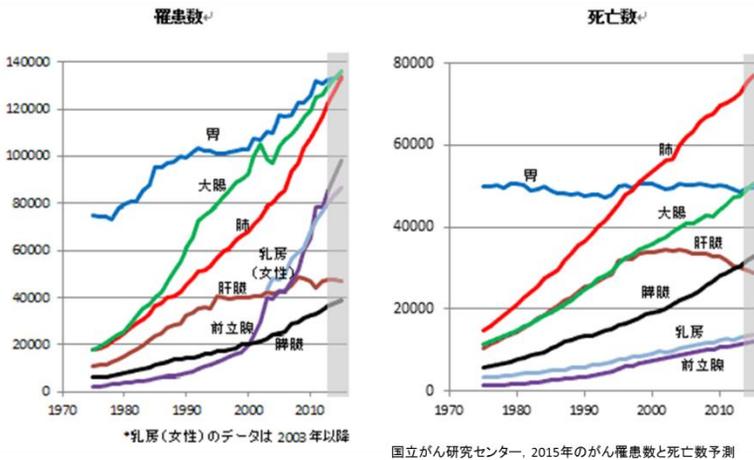
消化器疾患

- 胃食道逆流症
- 脂肪肝炎
- 大腸ポリープ
- 胆嚢結石
- 胆のうポリープ
- 膵炎
- 消化器がん



図2. がん統計と肥満者の消化器がんリスク

2015年がん罹患数予測98万例、死亡数予測37万人



女性	消化器がん	男性
2.6倍	食道がん	1.9倍
—	胃がん	1.9倍
2.6倍	肝臓がん	4.5倍
2.6倍	胆嚢がん	1.8倍
2.6倍	膵臓がん	2.6倍
2.6倍	大腸がん	1.8倍

肥満がもたらす病気と言えば、インスリン抵抗性が関連する生活習慣病がよく知られていますが、それ以外にも消化器疾患や日常よく聞く病気で肥満に関連するものがたくさんあります(図1)。実はがんもそうなんです。国立がん研究センターは2015年のがん罹患数98万人、死亡数37万人で、年を追うごとにがん患者数も死亡者数も増加していると予測しています(図2)。そして消化器がんの多くが肥満によってリスクが高くなることも知られています(図2)。御自分のBMIを計算してみてください(体重(kg)÷身長(m)²)。日本では軽い肥満でも病気になるため25以上を肥満としています。ひと汗かいてみませんか？

～近日中の患者教室のご案内～

教室名	内容	日時
肝臓病教室(総論)	肝臓病の食事療法・運動療法	9月12日(月)15:00～
糖尿病教室	糖尿病とは、糖尿病の食事療法、薬物療法	9月23日(金)14:30～
肝臓病教室(各論)	自己免疫性肝炎とは・自己免疫性肝炎の治療	9月26日(月)15:00～
生活習慣病教室(動脈硬化)	動脈硬化の検査と脳疾患について	9月29日(木)15:00～
肝臓病教室(総論)	肝臓病の治療とは、薬物療法、日常生活における注意	10月17日(月)15:00～
糖尿病教室	糖尿病の合併症と運動療法、フットケアと日常生活	10月21日(金)14:30～
肝臓病教室(各論)	C型肝炎とは 薬物療法・食事療法	10月24日(月)15:00～
肝臓病教室(総論)	脂肪肝とは 食事療法・運動療法	11月14日(月)15:00～
糖尿病教室	糖尿病とは、糖尿病の食事療法、薬物療法	11月21日(月)14:30～
肝臓病教室(各論)	B型肝炎とは 検査 日常生活について	11月28日(月)15:00～
肝臓病教室(総論)	肝臓病の働きと病気・症状・検査	12月12日(月)15:00～
糖尿病教室	糖尿病の合併症と運動療法、フットケアと日常生活	12月19日(月)14:30～
生活習慣病教室(動脈硬化)	動脈硬化を予防する生活のポイント	12月22日(木)15:00～
肝臓病教室(各論)	肝硬変①(肝硬変とは 食事療法・運動療法)	12月26日(月)15:00～

時間: 糖尿病教室 14:30～16:00

肝臓病教室・生活習慣病教室 15:00～16:30

場所: 生活習慣病センター・1階学習ひろば

参加費: 無料(申し込み不要 当日直接会場にお越しください)

1階エレベーター前です



日程・内容を変更する場合があります