

# 京都新聞社主催『健康生活講座③』 『肥満はこんなに危ない ～生活習慣病を防ぐために～』

2004年8月28日(土)、京都新聞社主催『健康生活講座③』が、京都新聞文化ホールで行われ、『肥満はこんなに危ない』～生活習慣病を防ぐために～と題したパネルディスカッションに、講師として当院副理事長・副院長(院長代行) 武田敏也先生が参加いたしました。

午後3時から約1時間半に渡り行われたパネルディスカッションでは、4人に講師の先生がそれぞれの専門分野から、肥満が引き起こす様々な病気の治療法や予防法、早期発見の仕方などについて話され、京都新聞読者の方を中心とした約300人の聴衆の皆様は、熱心に耳を傾けておられました。

肥満は、BMI 体重(kg)÷身長(m)<sup>2</sup>で25以上を言います。肥満の方は、高脂血症や高血圧、糖尿病などの生活習慣病になり易く、また気道にも脂肪がつく為、睡眠時無呼吸症候群の発生率も高くなります。糖尿病が進むと腎臓にも影響が出て、最終的には透析が必要になります。

会場からは透析が生活に与える影響などについての質問も出、武田先生から、透析には血液透析と腹膜透析の2種類があり、腹膜透析にはQOL(生活の質)を確保できる透析の手段であることや、予防には、定期検査を怠らず特に尿検査(たん白尿)の数値に気を配ること、130/80を目標に血圧を下げる、食事療法・運動療法などを専門医の先生と相談しながら行うことが大切である、などの説明がありました。



医療法人社団 恵心会  
京都 武田病院  
副理事長・副院長(院長代行)  
武田 敏也

11 健康生活講座③ 肥満はこんなに危ない

第3回健康生活講座

肥満はこんなに危ない

生活習慣病が病気に関係

内臓脂肪が病気に関係

高血圧や糖尿病の原因に

腎臓悪化すれば貧血に

SAS症状で睡眠不足

「食生活」を見直す必要

腹八分目と適度な運動

日常の血糖管理が大切

シーバップ療法で抑制

清水浦 清一郎氏  
武田 敏也氏  
山田 武彦氏  
久野 健志氏

肥満はこんなに危ない... 生活習慣病が病気に関係... 内臓脂肪が病気に関係... 高血圧や糖尿病の原因に... 腎臓悪化すれば貧血に... SAS症状で睡眠不足... 「食生活」を見直す必要... 腹八分目と適度な運動... 日常の血糖管理が大切... シーバップ療法で抑制