

肥満患者の大半は減量を維持できず

肥満患者にとって減量は主要な健康目標である。本研究では、肥満患者が標準体重を達成できる可能性について調査した。

2004～2014年の英国の臨床研究データリンクから肥満成人を抽出し、男性 76,704 例、女性 99,791 例の体重を追跡した。減量手術を受けた人は除外した。最長 9 年の追跡の結果、普通の肥満（BMI が 30.0-34.9）では標準体重まで減量できる可能性は年確率で男性が 210 分の 1、女性が 124 分の 1 であった。病的肥満（BMI が 40.0-44.9）では標準体重を達成できる可能性は男性で 1,290 分の 1、女性で 677 分の 1 であった。また、血圧低下や血糖値低下といった健康の便益をもたらすのに十分と考えられている、体重の 5%の減量を達成できる可能性は、病的肥満患者において1年間で男性が 8 人に 1 人、女性が 7 人に 1 人であった。しかし、減量は維持されず、78%が 5 年以内に元の体重に戻った。

したがって、肥満患者において、標準体重まで減量できる人や減量を維持できる人の割合が低いことが明らかとなった。これは、最初に肥満を予防することが重要であることが強調されるものである。

出典：American Journal of Public Health. 2015 Jul 16;e1-e6.