

◆
インスリン抵抗性定量評価法の確立を通じた、インスリン抵抗性改善による生活習慣病の発症阻止と、健康増進のための最適運動プログラム作成の試み

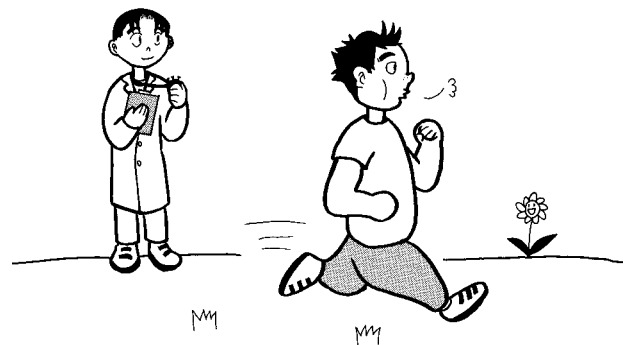
研究代表者 大阪大学 浜口 朋也
解説 広田 孝子

現代の飽食や運動不足、ストレス過多は、肥満、糖尿病などをもたらします。また糖尿病は、動脈硬化、心筋梗塞など虚血性心疾患、脳卒中など生活習慣病を誘導する重大な危険因子として問題となっています。

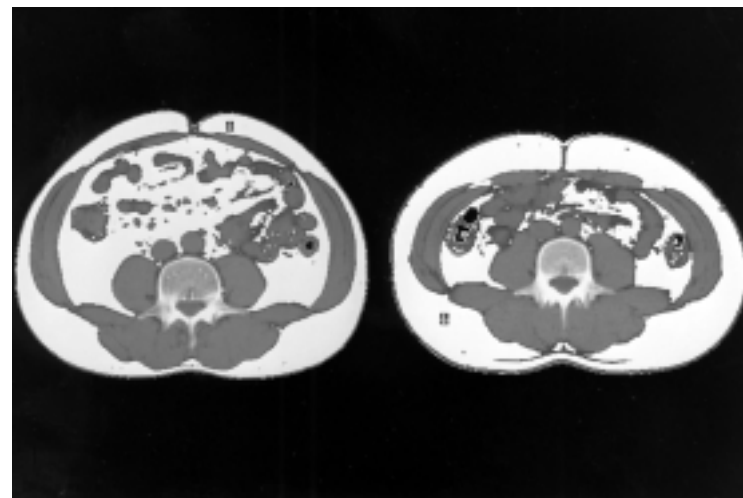
近年、糖尿病は増加の一途をたどり、中高年の日本人の10人に1人が罹患しているとも言われています。発症の原因は、インスリンの分泌不全の他、インスリン作用不足、インスリンの感受性の低下(インスリン抵抗性)等です。インスリン抵抗性の改善は、これら生活習慣病予防効果が期待できます。

本研究は、インスリン抵抗性を簡便に評価する方法としてインスリン静注試験による血糖消失速度による指標を検討し、従来の複雑で患者負担の大きいグルコースクランプ法と比較することによりインスリン静注試験の臨床における有用性を示しています。またこの指標により、糖尿病患者における運動療法の効果が確認され、運動による内臓脂肪の減量がインスリン抵抗性の改善に有効であった可能性を示唆しています。内臓脂肪型肥満者は、インスリン抵抗性がより強いことは既に知られています。

内臓脂肪を減らすための運動プログラム作成については今後の課題とされています。



運動による内臓脂肪の減量がインスリン抵抗性の改善に有効なようだ



臍の高さでの腹部CT像。白い部分が脂肪組織。左図、内臓脂肪優位の症例、右図、皮下脂肪優位の症例