

# 太りすぎの危険、けれど

## 太りすぎは健康の赤信号

まるまると太った可愛いい赤ちゃんなどとよくいますが、これが大人になつても、まるで太つてはいろいろと問題があるようです。新年早そう、おそらくでも食べながら、肥満について考えてみましょう。

### 肥満とは……

(身長-100) × 0.9  
= 標準体重  
オーバー分  
標準体重 × 100  
= 肥満度

たとえば50kgが標準体重である人が88kgあれば、38kgはオーバーになるわけです。肥満度は  $\frac{38\text{kg}}{50\text{kg}} \times 100 = 76\%$  です。ただし、標準体重より10%前後多くても、肥満とはいません。

肥満度は以上の算式で計算

標準体重を超えてはいるので  
すが、彼らは筋肉質ですから、  
肥満とはいえません。

### 合併症と肥満

医学的には、一応、身長と  
体重から判断し、かつ内容的に  
ることは脂肪が体を取り巻いてい  
ます。そして、左の算式によ  
ることを肥満の基準としてい  
ます。同じ年齢で、肥満の人と肥

満」というホルモン分泌の異  
常からくるものなどです。

しますが、肥満といつてもそ  
の種類はいろいろです。「單  
純性肥満」というカロリーの  
取り過ぎのもの、「調節性肥  
満」という食欲中枢神経の異  
常からくるもの、「代謝性肥  
満」というホルモン分泌の異  
常からくるものなどです。

体より二〇%以上も体重の  
多い人は、正常の体重の人よ  
り大変短命である、というシ  
ヨッキングな結果が出ていま  
す。

極端な肥満の人は、一種の  
病人と考えよいといわれて  
います。肥満の人には短命が多  
いということは、肥満の人には  
非常に合併症が多いからです。  
たとえば、脳卒中、高血圧、  
特に糖尿病など、生命にかか  
わる合併症が多いせいです。

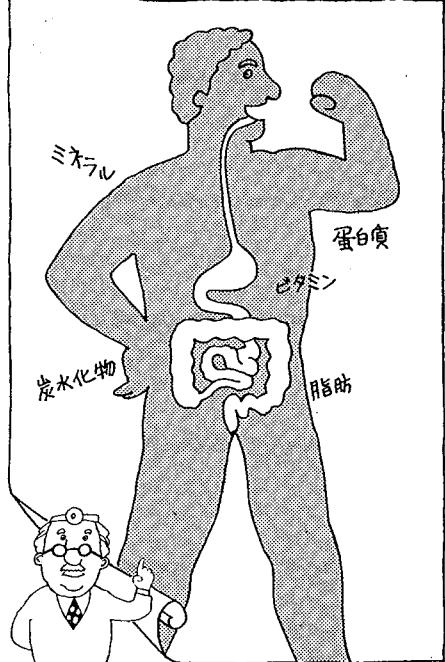
満でない人を比べてみると、

糖尿病の合併症による死亡率  
は、肥満の人が二倍から三倍高くなっています。肝

臓が脂肪で巻く脂肪肝や肝硬  
変も一倍半から二倍半位、正

常人よりも多いといわれ、脳出  
血や心臓病も、一倍半から二  
倍多いといわれています。中  
年以後の「成人病年齢」になる  
と、肥満は大敵といつてよい  
のではないかでしょうか。

では、肥満でかかりにくい  
病気はとすると、それは結核  
だそうです。正常な体重の人  
に比べて、肥満の人は五分の一  
位の割合いでしか発症して  
いないという統計が出ていま  
す。なお余談ですが、肥満の  
人には自殺が少ないそうです。



市内 命は 用 お買物、

\*\*\*\*\* 本年も新しいお菓子\*\*\*\*\*  
—コングロードをよろしく—

あけましておめでとうござります  
にいつ  
ケーキとコーヒーの店  
本町2 TEL(2)0112 ポーサカヤ

