

まとめ

2017年に小児肥満症診療ガイドラインが策定されたのを契機として、実臨床で肥満小児の診療に携わっておられる専門の先生方に執筆を依頼し、この度「幼児肥満ガイド」を作成することができました。大変お忙しい中、執筆していただいた先生方をはじめとして関係の皆様には深謝いたします。

北宋の文人である蘇老泉は「災いが起こる時には、必ずそれより前に、災いの芽が生じている」と述べています。この言葉は、肥満に伴う健康障害にも当てはまります。様々な疫学調査の結果、肥満が増え始めるのは幼児期からであることが知られています。幼児期から肥満に伴う健康障害が顕在化することは稀ですが、学童期や思春期に明らかになる健康障害の芽は幼児期にすでに存在しているのです。原発性肥満の原因は、遺伝的素因に環境要因が加わって生じると言われています。子どもの肥満対策は予防が主体です。予防対策の有効性を高めるためには、肥満に関係する介入可能な環境因子に注目する必要があります。幼児期は、代謝関連の可塑性が残っており、社会性や言語の発達が著しい時期であるため、良きにつけ悪きにつけ様々な生活習慣を身につける時期です。この大切な時期に、適切な指導や介入を行うことによって学童期以降の肥満や、肥満症、非感染性疾患の発症を予防できる可能性が大いにあるのです。

現在、わが国では世界に類を見ない超少子高齢化が進行中で、幼児を取り巻く環境も以前とは大きく様変わりをしています。我が国の貧困率は2015年の時点で13.9%と先進国中最も高く、貧困は小児の健康格差の大きな原因となっています。更に、子ども達の遊びの形態にも変化が起り、ICTを利用した遊びが台頭してきているため、身体活動は量質ともに十分ではありません。

先人達の弛まぬ努力によって、小児肥満研究が進み、児童生徒の肥満に関しては様々な重大事実が明らかになってきました。しかし、幼児肥満については、未だ不明な点も数多くあり、たとえ専門家であっても、現時点では明確な記載が不可能な箇所もございました。しかし、我が国には幼児肥満に関する包括的な内容の参考書籍はほとんどないため、この度「幼児肥満ガイド」を作成いたしました。今後も、益々幼児肥満に関する研究を推進させ、明確なエビデンスを持った内容に改定してゆく必要があります。

この「幼児肥満ガイド」が、多くの関係者に活用され、子ども達が健康で幸せな人生を歩むことができる事を祈っております。

日本小児医療保健協議会 栄養委員会小児肥満小委員会委員長 原 光彦
日本小児医療保健協議会 栄養委員会委員長 位田 忍