

作成番号:335

一般社団法人 日本侵襲医療安全推進啓発協議会 「会員向けメールマガジン」

号数:2025-335

内容:日本人における最適な肥満の基準 BMI は?

出典:Time for a change? Threshold for obesity in contemporary Japanese population.

Metabolism: clinical and experimental. 2025 Oct;171;156352. doi:

10.1016/j.metabol.2025.156352.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40675545/>

現在の日本における肥満の定義は BMI $25\text{kg}/\text{m}^2$ 以上とされているが、これは約 30 年前の横断研究の結果に基づくもので、議論の余地がある。そこで、京都府立医科大学大学院の研究グループは、大規模な長期コホート研究のデータを用いて、現在の日本人における最適な肥満の基準値を検討した。本研究結果は、Metabolism 誌オンライン版 2025 年 7 月 15 日号に掲載された。

2008~23 年にかけてパナソニック社の健康診断を受けた 40 歳以上の 162,136 人を対象とした。ベースライン時の BMI と追跡期間中における疾患(2 型糖尿病、CKD、高血圧症、CAD、脳卒中、脂質異常症)の発症との関連について、制限付き 3 次スプラインを用いた多変量 Cox 比例ハザードモデルにより評価した。平均追跡期間は 6~8 年であった。BMI $22\text{kg}/\text{m}^2$ を対照とした場合、それぞれの疾患の HR が 2 となる BMI(kg/m^2)は、以下のとおりであった。

-糖尿病:24.6

-CKD:25.0

-高血圧症:26.8

-CAD:30.8

-脳卒中:32.0

-高トリグリセライド血症:32.3

これらの結果は、性別や年齢で層別化したサブグループ解析においても同様であった。

BMI $22\text{kg}/\text{m}^2$ を対照とした場合、2 型糖尿病や慢性腎臓病(CKD)は BMI $25\text{kg}/\text{m}^2$ 付近でハザード比(HR)が 2 を超える一方で、冠動脈疾患(CAD)や脳卒中などの HR が 2 を超えるのは、BMI $30\text{kg}/\text{m}^2$ 超であった。

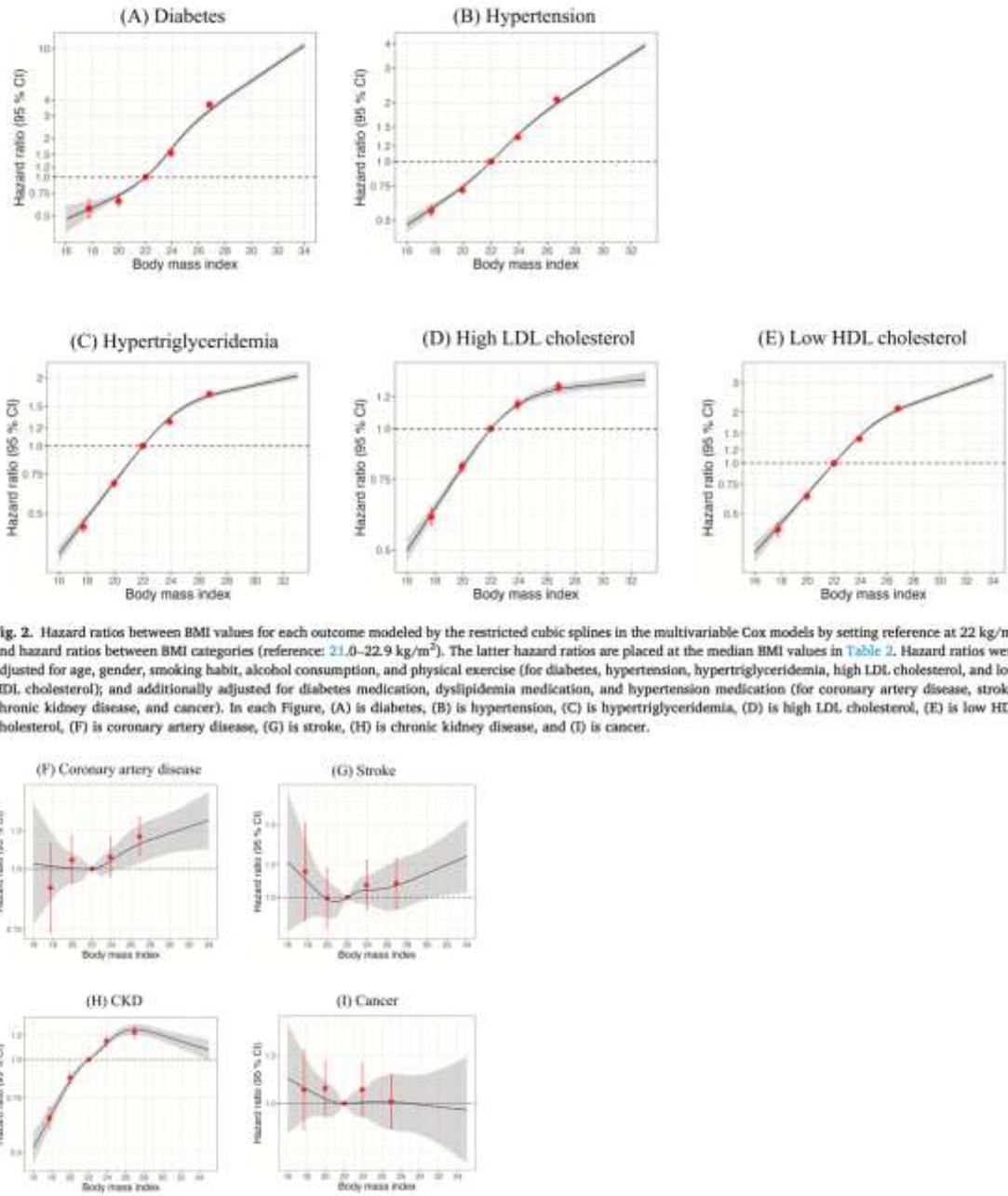


Fig. 2. Hazard ratios between BMI values for each outcome modeled by the restricted cubic splines in the multivariable Cox models by setting reference at 22 kg/m^2 and hazard ratios between BMI categories (reference: $21.0\text{--}22.9 \text{ kg/m}^2$). The latter hazard ratios are placed at the median BMI values in Table 2. Hazard ratios were adjusted for age, gender, smoking habit, alcohol consumption, and physical exercise (for diabetes, hypertension, hypertriglyceridemia, high LDL cholesterol, and low HDL cholesterol); and additionally adjusted for diabetes medication, dyslipidemia medication, and hypertension medication (for coronary artery disease, stroke, chronic kidney disease, and cancer). In each Figure, (A) is diabetes, (B) is hypertension, (C) is hypertriglyceridemia, (D) is high LDL cholesterol, (E) is low HDL cholesterol, (F) is coronary artery disease, (G) is stroke, (H) is chronic kidney disease, and (I) is cancer.