

29. どんな治療法があるのでしょうか？

メタボの治療の基本は、肥満の改善がまず必要です。食事療法、運動療法、行動療法、薬物療法、外科療法があります。

メタボの状態を調べて、自分に適した食事療法、運動療法、行動療法を組み合わせを進め、その効果を確認して、次の段階に進めていきます。

食事療法、運動療法、行動療法で十分な効果が得られないとき、糖尿病や高血圧や脂質異常症などが高度の時は、合併症に対する薬物療法を考慮します。食欲を抑えるために、胃の大きさを小さくする手術も行われています。

肥満に対する薬物療法として、食欲抑制剤があります。これまでに脂肪の燃焼を高めて肥満の改善を促す薬の開発が進められましたが、副作用が強く、まだ効果的な薬剤はありません。

日本で認可されている食欲抑制剤としてマジンドール（商品名はサノレックス）があります。食事療法や運動療法で効果が不十分な高度肥満症（BMIが35以上）に適応があります。薬剤の使用期間は、3ヶ月が限度になっています。

食事療法の補助に、「体脂肪が気になる方に」と表示が許可された特定保健用食品を利用することも考えられます。