



2017年6月22日 (木) 00.01 BST

連絡先 : Jo Anthony

電話 : +44 (0) 7582 726 634 Eメール : janthony@cochrane.org または pressoffice@cochrane.org

食事、身体活動および行動の修正により小児・青年期の肥満が改善する可能性が、健康の最新エビデンスから示される

本日公表されたコクラン・レビュー2報は、小児・青年期の肥満および過体重に対するさまざまな介入の効果に関するエビデンスをまとめた一連の関連するシステマティック・レビューの最新版である。

本レビューは、小児および若年者13,000人以上を対象とした114報の研究結果を要約したものである。食事、身体活動および行動面の修正を併用する介入が6~11歳の小児および12~17歳の若年者の体重減少に寄与する可能性が本レビューから示されているが、研究には限界があり、また研究ごとの結果にはばらつきがみられる。

小児期および青年期の肥満は、世界的に公衆衛生上の主要な課題のひとつとなっている。わずか6歳の小児で急激な体重増加がみられる現象は世界的に増えており、糖尿病や高血圧、喘息、睡眠障害および自尊心の低下など、精神的・身体的な健康に重大な影響を及ぼしている。小児および青年期の肥満は成人期の肥満につながることもあり、その後の生涯において健康障害リスクを増大させる。

今回のコクラン・レビュー2報では、世界保健機関（WHO）が実施中の研究を報告する。左記レビュー2報では、6歳から早期成人期までの過体重または肥満を有する小児を対象に食事、身体活動および行動による介入効果を検討している。今回のレビューは、就学期前の小児に対する外科的手術、薬物療法、子の親のみへの介入およびライフスタイルへの介入を検討した一連のレビュー6報の最新レビューである。

小児期については、6~11歳の小児8,000人以上を対象に欧州、米国、カナダ、ニュージーランド、オーストラリア、日本およびマレーシアで行われた研究70報から得られたエビデンスを考察した。ほとんどの研究では、行動面の修正を介入とし、無処置または通常ケアと比較していた。試験の多く（70試験中65試験）は、小児とその両親または介護者を対象に実施していた。

エビデンスの質は低いものの、食事、身体活動および行動面の修正を併用して取り入れた介入では、無処置または通常ケアと比較して小児の体重およびBMI-Zスコア (body mass index-Z score: 身長・性別・年齢に対する体重を基に算出する体脂肪の代理尺度) を低下させる短期的効果がわずかに認められる可能性が示唆されている。このようなアウトカムを検討した試験はこれまでほとんど存在しなかったことから、研究者の間では、食事や身体活動、行動の修正が自尊心やQOLに及ぼす影響についてはあまり知られていない。副作用の発現頻度はきわめて低く、少数の副作用が2件の研究で報告されていたものの、研究への参加と関連はないと考えられた。

青年期については、12~17歳の過体重または肥満の若年者5,000人弱を対象とした、すでに完了している研究44報を入手した。このほかに50件の研究が現在も進行中であり、研究結果は未報告である。ほとんどの研究では、食事、身体活動および行動面の修正を併用した介入を評価していたが、介入内容や実施期間、方法、比較対照は様々であった。食事、身体活動および行動の修正を併用する介入は、青年期の体重を約3.5 kg低下させるとの中等度レベルのエビデンスと、このような介入はBMIを1 kg/m²強低下させる可能性があるとの低レベルのエビデンスが得られた。このような効果は、最大2年にわたる長期試験で持続して認められた。さらに、QOLに中等度の改善がみられることが、本レビューの結果から示唆されているが、若年者の自尊心向上、身体活動および食事摂取の改善に有用であるのか、あるいは妨げとなるのかを示す確実なエビデンスは得られなかった。

いずれのレビューにおいても、取り上げた研究の結果は様々であり、執筆者らはこのばらつきを説明する原因を考察している。しかし、研究結果のばらつきに対する明確な説明を示すことはできなかった。介入の種類や介入の設定、あるいは介入に対する親の関与の有無を考慮した場合、結果に差はみられなかった。いずれのレビューでも、研究結果のばらつきを詳細に検討するため、今後の研究の必要性を明確に指摘している。

Emma Mead博士は、英国ティーズサイド大学の保健・社会福祉大学院 (School for Health and Social Care) 博士課程の一環として6~11歳のレビューを主導し、世界的に重要な保健課題について、上記結果はきわめて複雑な実態の全体像を示しているとした上で、「介入として用いた行動面の修正は、過体重および肥満の小児に有用である可能性を示す最新のエビデンスを提示していることから、本レビューは重要である一方、介入による有用な効果を実施終了後にも維持する方法や、低所得国および社会人口統計学的に異なる背景を有する世帯において最善の効果が得られる介入の種類を知るため、今後も研究を行う必要がある」と述べている。

英国ウォーリック大学の保健科学部門に主任研究員として在籍するLena Al-Khudairy博士は、青年期のレビューを主導したが、「十代の若者における過体重および肥満の問題に取り組む上で、複数の介入を併用する手法は効果的である可能性が高いが、介入対象に応じて、どの要素が最も有効であるかより具体的に知ることが必要であり、特に青年期の若者の介入に対する捉え方を理解することが重要である」と指摘している。

編集後記

全文: Mead E, Brown T, Rees K, Azevedo LB, Whittaker V, Jones D, Olajide J, Mainardi GM, Corpeleijn E, O'Malley C, Beardsmore E, Al-Khudairy L, Baur L, Metzendorf M-I, Demaio A, Ells LJ. Diet, physical activity and behavioural interventions for the treatment of overweight or obese children from the age of 6 to 11 years. *Cochrane Database of Systematic Reviews* 2017. Issue 6. Art. No.: CD012651. DOI: 10.1002/14651858.CD012651.pub1

Al-Khudairy L, Loveman E, Colquitt JL, Mead E, Johnson RE, Fraser H, Olajide J, Murphy M, Velho RM, O'Malley C, Azevedo LB, Ells LJ, Metzendorf M-I, Rees K. Diet, physical activity and behavioural interventions for the treatment of overweight or obese adolescence

メディア広報担当者:

Emma Mead
Cochrane Methodologist and Research Associate
Cochrane Skin Group, Centre of Evidence based Dermatology
University of Nottingham
Kind' s Meadow Campus
Nottingham.

Email: Emma.Mead@nottingham.ac.uk

Lena Al-Khudairy
Research Fellow
Division of Health Sciences
Warwick Medical School, University of Warwick
Coventry
CV4 7AL
UK

E-mail: Lena.al-Khudairy@warwick.ac.uk

2つのレビューの臨床に関する担当者:

Professor Louise Baur
Professor and Head of Child & Adolescent Health
University of Sydney
And
Consultant Paediatrician,
Weight Management Services
Sydney Children' s Hospitals Network,
Sydney, Australia

Email: louise.baur@health.nsw.gov.au

Contact: Diane Hanlon diane.hanlon@health.nsw.gov.au

詳細に関するお問い合わせは下記へ

Jo Anthony

コクラン広報部長

電話 +44(0) 7582 726 634 Eメール janthony@cochrane.org または pressoffice@cochrane.org