

岡 哲 先生 : New Engl J Med : 2011 365:1959-1968.

“承知しました。肥満者の体重、遠隔操作いたします。。”

Comparative Effectiveness of Weight-Loss Intervention in Clinical Practice

【背景】100 kg超級の肥満者の体重コントロールでお悩みの先生に朗報です。コーチとWebを使った、画期的な遠隔支援手段法による、長期減量維持効果が報告されました。

【方法】ボルチモアの病院診療を受けている、DM、HT、脂質以上のいずれかを有する、平均年齢、54 歳、体重 103.kg、BMI36.6 のしっかりとした肥満患者に対し、①遠隔支援群(n=139); 電話、Web、メールによる専門家の食事、運動指導、②対面支援群(n=138); 遠隔支援に加えて個人指導、集団指導を併用、③主治医の通常診療群 (n=138)に割り付けて、体重の経過が評価されました。

【結果】2 年間のフォローアップにて、ベースラインからの体重変化は、遠隔支援群-4.6 kg、対面支援群-5.1 kg、通常診療群-0.8 kgで、5 kg以上の減量に成功した患者の割合は、遠隔支援群 38.2%、対面支援群 41.4%、通常診療群 18.8%であり、遠隔支援群と対面支援群では、体重変化、減量成功の割合に有意な差を認めなかった。

【結論】このように、減量してもすぐにリバウンドしてしまい、主治医泣かせの 100 kg超級の肥満者の減量に、Coaches と呼ばれるスペシャリストからの定期的な電話やメールの遠隔支援とヤフードアイトのような Web サイトを併用すれば、わざわざ顔を合わせることなく、長期の減量維持が達成されることが明らかになりました。肥満診療にお悩みの先生方、何かよいヒントになりますでしょうか。。。？

(文責 阿比留)