

〈目的〉小児肥満の治療では成人に用いられるような過度な食事制限を行うことは心身両面の成長・発育から考えて厳に慎まなければならない。われわれは，外来治療に運動療法を取り入れることにより摂取エネルギー制限をより緩和にした栄養療法を試みている。そこで，今回われわれの栄養・運動療法が肥満度，血清脂質および蛋白質に及ぼす影響について検討したので報告する。

〈方法〉われわれの栄養・運動療法をほぼ厳格に守った9～12歳の単純性肥満児5例を対象とした。栄養療法としては指示摂取カロリーを所要量の80～90%とし，指示摂取カロリーの内訳としては蛋白質を十分量与え（蛋白カロリー比：約20%），脂質は25～30%とした。運動療法としては有酸素運動を併用した。これらの栄養・運動療法により9ヵ月～1年間の継続治療を行った。その間，経日的に身長・体重を測定し，肥満度の経過を観察すると同時に，体脂肪の減少の評価として皮脂厚，血清脂質の面から血清TG，TC，HDLC等の測定を行った。また，蛋白栄養状態の評価として血清rapid turnover proteinsの測定を行った。

〈結果〉治療開始後患者らの肥満度は全例とも徐々に減少し，9ヵ月～1年間後，3例が軽度肥満領域にまで改善した。初診時，全例において動きが少ないという家族の訴えが認められたが，肥満度の低下に伴って消失した。なお，治療により血清TG，VLDLCの低下とHDLCの上昇を認め血清脂質代謝の改善が認められた。また治療期間中，血清rapid turnover proteinsの低下は観察されなかった。