

# おなご先生

## “おなご先生”の独り言の診察室

(28)

日本人は、ちよんぼし  
ずつ太り続けちよんぼす  
体格指数BMI(覚えち  
よられますかいねー？  
体重(kg)を身長をメー  
トルに直した値で2回割  
り算した値)が、25以上  
が“肥満”とすと、日  
本人の2300万人は肥  
満だけながー。

上昇しわゆる“高脂血  
症”ですわねー。そのう  
ち、運動もおろそかにな  
つてきて、食べちやー寝  
ちやー寝ちやーして、  
すい臓に負担がかかり血  
糖値が上がつて“糖尿病”  
ですわねー。

体内に脂肪を貯め込む  
のは、脂肪細胞や肝臓が  
主。働いちよーます。脂  
肪細胞は全身にあーます  
が、特に多いのは皮下組  
織と内臓周辺ですじー。  
皮下組織に脂肪が貯まり  
やすいのはおなごんしで、  
特に下半身に貯まりやす  
く、そーを“洋ナシ型”。

一方、おとこんしは、内  
臓の周りに貯まりやすい  
ですじー。こーを“リン  
ゴ型”って言います。  
それでは問題  
Q1 “死の四重奏”  
を招きやすく、危ねわー  
つて言うのはどつち？  
①リンゴ型②洋ナシ型  
Q2 脂肪がちよんぼ  
の努力で比較的取れやす  
いのはどつち？  
①リンゴ型②洋ナシ型

ことが出来ますすじー。飢  
餓のときには役に立っ  
ちよーました。脂肪を貯め  
れば貯めるほど(すなわ  
ち肥えなさーほど)白色  
脂肪細胞は膨らみ、肥満  
者は標準的なお方さまに  
比して真径はなーんと  
約20倍にもなーですと。  
もふとつの褐色脂肪細  
胞は白色脂肪細胞と比べ

数は多くなく直径は白色  
脂肪細胞の約10分の1。  
もともと人間の臓器を保  
護すー目的があり、頸部  
、肩甲骨、心臓、腎臓の周  
りにあーます。エネルギー  
を作り出すミトコンド  
リアちゆうもんがたくさ  
ん入つちよーまして、こ  
のミトコンドリアの色が  
褐色に見えーげなです。

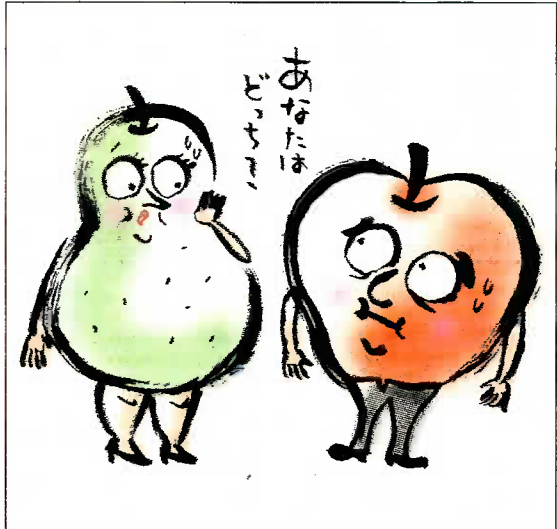
酸を燃料として熱を産生  
し、体外へと放出してお  
人さまは痩せていく…か  
もというこことなつちよ  
ーます。

最近中国のダイエット  
健康食品で健康被害が出  
て問題になつちよーます  
が、食欲を脳の中枢部で  
抑制すーやなもんとして  
は日本ではただ1種類、  
『マジンドール』という  
商品名で世の中に出ちよ  
ーます。だども貯まつち  
よー脂肪を燃えやすす  
ー根本的な薬はマウスの  
実験段階で、もちよんぼ  
長生きさんとお目にかか  
れんげなです。残念！  
まあ標準体重まで痩せ  
なはらんでも現体重より  
10%落とすと、いろんな  
パラメーターが改善され  
ていーげなです。わたす  
も頑張ろう！と思つちよ  
ー今日このごろです。

答えQ1 ①リンゴ型  
Q2 ①リンゴ型 Q3 ②  
40～50g

(いんべ) 杉谷内科小児科  
医院院長・杉谷美代子  
松江市東忌部町

### “夢のやせ薬はできーだーかー？”の巻



ミトコンドリアは脂肪が  
分解されてできた。遊離  
脂肪酸“ちゆうもん”を消  
費して熱エネルギーに変  
えーですじー。

Q3 出生時には約1  
50gくらいの褐色脂肪  
細胞を持つちよーますが、  
思春期にはどーくらしいに  
なつてしまーですすかいね  
ー？  
① 10～20g ② 40～50g  
③ 80～90g

年を取ーほどやせにく  
んなーわけすわね。

飢餓に対応すー遺伝子  
を“儉約遺伝子”と言  
い、日本人は24～34%持つち  
よつて太りやすい民族だ  
げなです。その代表的な  
儉約遺伝子の1つに、β  
3アドレナリン受容体遺  
伝子”があーます。こ  
は、白色にも褐色脂肪細  
胞にも両方にあり、交感  
神経から分泌される“ノ  
ルアドレナリン”がくつ  
つきますと、白色脂肪細  
胞のなかの中性脂肪は遊  
離脂肪酸へ変換され、  
血管を通じて移動した褐  
色脂肪細胞では遊離脂肪