

小児肥満指導マニュアルの 制作に関する報告

(分担研究：小児期からの成人病予防に関する研究)

山崎公恵

要約：小児肥満指導マニュアルは、平成7年度より当研究班において制作が開始された。平成7・8年度は研究協力者に分野別に分担執筆を依頼して原稿を集めた。平成9年度は集まった原稿を編集し指導者用マニュアルとしてほぼ完成させた。

見出し語：小児肥満，指導マニュアル

【小児肥満指導マニュアル制作の意味】

いわゆる生活習慣病の予防の基礎は、生涯にわたって影響する生活習慣の原形が形成される小児期にあると考えられる。なかでも肥満の予防または改善は生活習慣病予防の基本となるものであり小児期早期特に幼児期から行われることが望ましいとされている。

幼児期に肥満予防の指導にあたるのは主として保健所・市町村の保健センターの保健婦や栄養士保育園保母などである。これらの実際に指導を担当する人々からの「小児肥満指導マニュアル」に対する要望は大きく、研究班としてその制作は焦点の課題であった。

【小児肥満指導マニュアル制作の実際】

1. 構成

A. 総論，B. 予防，C. 肥満児対策の3部から構成される。ただし指導の対象が幼児であり、年長児や成人に見られるような極端な肥満や、個人生活の幅広い習慣差は少ないと考えられるのでB・Cの内容に明確な差は生じない。

2. 内容

A. 総論

幼児の肥満一般について

B. 予防編

幼児期の肥満の判定法を記す。特に幼児の基準体重は当研究班研究協力者によって平成7年度に

横浜新緑病院小児科

Department of Pediatrics, Yokohama Shin Midori Hospital

作成されたものであり、すでにインターネットによって各保健所に配布され使用され始めている。

先に述べたように、幼児では生活歴が短く、極端な肥満児の頻度が低いため肥満予防と肥満対策には重複する点が多い。このため次項目（肥満児対策）と予防対策は相補的に利用されたい。

C. 肥満児対策編

①誰が肥満児か

幼児の肥満の客観的判定法について述べ、肥満予備軍ともいえる幼児の早期発見について触れる。

②具体的な指導方法

a. 生活調査：肥満に至る生活の実情（食事過誤、生活習慣の乱れなど）を分析する方法を述べる。

b. 食事指導：調査票からの個々の幼児の食生活の問題点を読み取り、保護者のための実情に則した食事指導の方法を述べる。また教育玩具を用いて幼児の健康教育を行う方法を紹介する。

c. 運動指導：幼児は身体的に未熟で運動面でも稚拙であることを考慮し、遊びの要素を取り入れた運動療法を紹介する。

d. 肥満に関連する医学的異常

・高血圧

小児の血圧の測定方法、高血圧の基準、また高血圧を呈した小児の管理方法（基礎疾患の検査、食事療法、運動療法など）について解説。

・高脂血症

血清脂質の意味、肥満との関係について説明。また高脂血症と生活習慣の関係についても解説。

・糖尿病

肥満に関連した糖尿病はインスリン非依存型であることを説明。糖尿病の合併症（主として網膜症・腎症）についても述べる。

・脂肪肝

病態、診断に要する検査、肝機能異常の改善のさせ方について説明。

e. 地域保健との関連について

幼児肥満予防対策が地域保健の中で果たしうる役割をその実例をあげて説明する。

③肥満指導の評価について

評価の方法としては、指導後一定期間を経て肥満度が減少していること、保護者と本人の食事や運動などの生活習慣に関する意識が指導後に変化したことを確認することが挙げられる。

現在健康指導への介入効果について、わが国では十分な報告がないのが実情である。

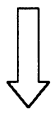
肥満指導の評価とその方法については今後さらに検討を要する。

【まとめ】

小児肥満指導マニュアルの凡その内容を報告した。今後実際に使用して現場の意見を得ることが必要であろう。



検索用テキスト OCR(光学的文字認識)ソフト使用
論文の一部ですが、認識率の関係で誤字が含まれる場合があります



要約:小児肥満指導マニュアルは,平成 7 年度より当研究班において制作が開始された.平成 7・8 年度は研究協力者に分野別に分担執筆を依頼して原稿を集めた,平成 9 年度は集まった原稿を編集し指導者用マニュアルとしてほぼ完成させた.