

©2021 年 第 68 回 日本栄養改善学会学術総会

**演題名：メタボ・生活習慣病主要因としてインスリン不全症の提案と
インスリン善玉作用低下、悪玉過剰症の意義と対策**

【目的】

インスリン(イと略称)は、筋、肝臓などでの糖や脂肪とたんぱく代謝を調節し、
血圧・尿酸にも関与する。その失調はメタボの主因、コロナ重症化共通因子でも
ある。糖利用(主として筋)を指標に、イ抵抗性の概念は定着しているが、イ作用
低下(善玉)と代償過剰イ作用(悪玉；抵抗性なし)に大別すると理解し易く意義
深い。不適節な食事運動生活習慣反映の異常項目が上記いずれに起因するか明
らかにし、食事栄養指導のより効果的達成を目指す。40歳以上では、IGT(耐糖
能異常：理解しにくい)は糖尿病の2倍以上と高率で、イ分泌異常も加えイ不全
症とし、企業健診・生活習慣病外来両面から報告する。

【方法】

企業健診(男/女：35/27名)で血液検査は40歳以上(男/女：31/12名)、朝
食後6~8時間後採血。生活習慣病外来ではイ測定例(一部標準Cookie負荷テス
ト：サラヤ社実施)、空腹及び食後2~4時間で検討した。

【結果】

企業健診で傾向含む肥満：46.8%、高血圧・高値血圧：12.9%、インスリン不全
症(FBS110mg/dl以上、HbA1c5.8%以上、IGT・糖尿病)11名、25.6%、脂質異
常：46.5%、肝機能異常：14%、メタボ・メタボ予備群：24.2%であった。イ低
値群(10名、3.0 μ U/ml未満、糖尿病薬服用者除外：26%)vsイ正常群(19名、
3.0~7.0 μ U/ml)では、腹囲、BMI、TG、血糖、アポBで正常群が有意に高値(p
<0.05)、善玉イ作用(血糖、アポB)は抵抗性のため低値例でより良好、他は
悪玉作用。血中イ正常値vs高値群(10名、7.0 μ U/ml以上：23%)で体脂肪率、
腹囲、BMI、尿酸値、TG、が高値群で有意に高くHDLは低かった(悪玉)。HbA1c、
アポBの高値は善玉作用が抵抗性で低下。生活習慣病外来では、イ高値と低HDL・
高尿酸血症・高TG血症との関連が観察された。

【考察と結論】

善玉作用は血糖、HbA1c、アポB、イ高値でも抵抗性で低下。悪玉過剰作
として、BMI、腹囲、体脂肪率、低HDL・高TGと高尿酸血症が該当した。