

## 小児肥満について

当院では、肥満のお子さんの診察を行っています。

子どもの肥満は、将来の生活習慣病（高血圧、糖尿病、脂質異常症など）のリスクになります。生活習慣病は、心筋梗塞や脳卒中といった命に関わる怖い病気につながり、肥満を子どものうちに改善することで、生活習慣病になる確率を大きく下げることができることが分かってきています。また、肥満の子どもは、運動の問題（例：膝や腰を痛めやすい）や心理社会的問題（例：無気力になり動きたくなくなる）も抱えやすく、肥満について理解し、改善していく必要があります。

そこで、当院では 2018 年から、小中学生を対象として、夏休みに 2 泊 3 日の検査入院「体重コントロールキャンプ」を開催しています。キャンプ中には、血液検査・エコー検査等、いくつかの検査をして、生活習慣病の徴候が出ていないかどうかを調べます。また、栄養指導や運動指導、心理カウンセリングを行います。キャンプを通じて、自分の食生活や運動習慣を見直し、生活習慣病予防のきっかけになればと思っています。

キャンプに興味をお持ちのお子さん、うちの子肥満かな？とご心配になった保護者の皆様は、当院小児科外来へご相談ください。初めて受診されるおさんは、午前中の小児科外来で診察いたします。