

# 肥満外来

いっしょに目指す理想のあなた



## 肥満外来 開設のご案内

綾瀬循環器病院では、このたび「肥満外来」を新設いたしました。生活習慣病や心血管リスクを有する患者様に対し、GLP-1/GIP受容体作動薬を用いた医療的アプローチを行っております。丁寧な診療と、安全性に配慮した治療により、地域医療機関の皆様との連携を深めながら、患者様の健康を支えてまいります。

### 診療日・担当医

- 診療日： 毎週金曜日 午前 完全予約制
- 担当医： 三俣 兼人医師 循環器内科
- 管理栄養士・看護師チームとの連携診療

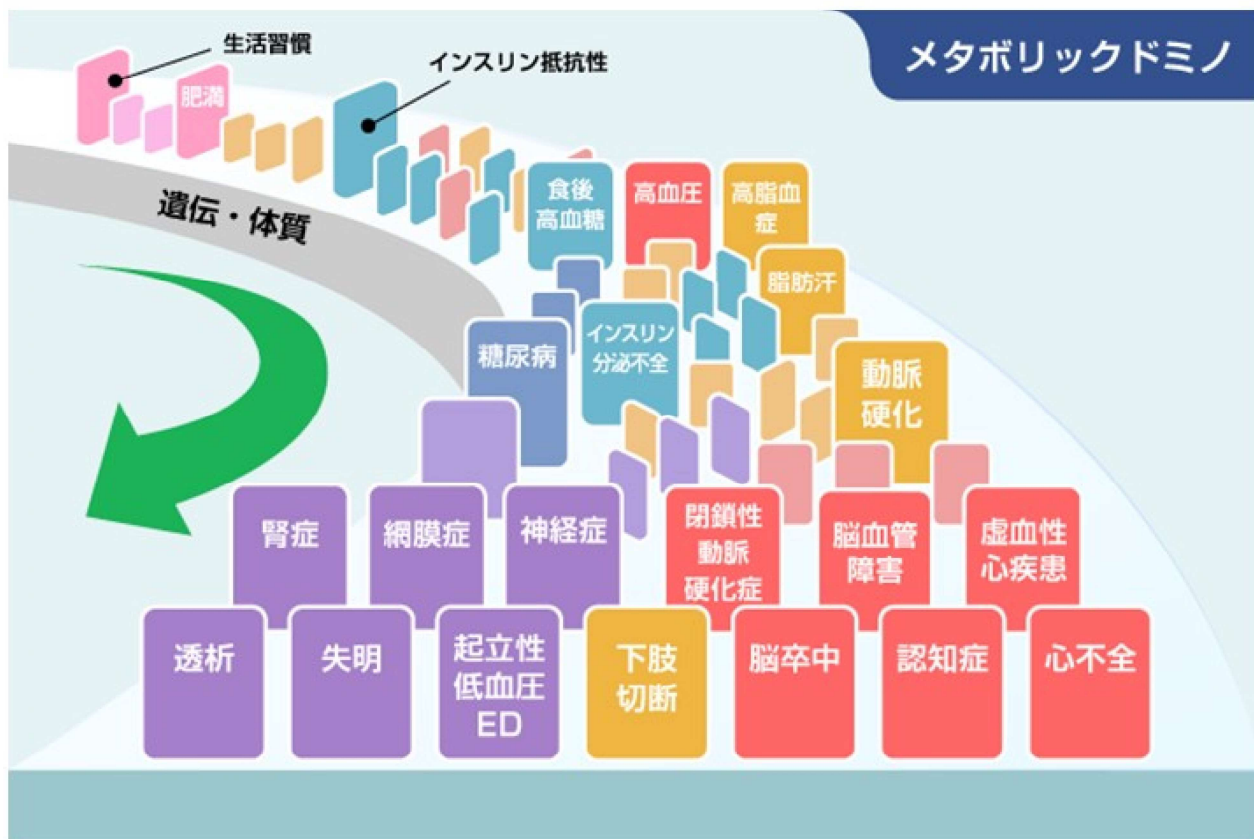
綾瀬循環器病院

〒120-0006足立区谷中2-16-7

TEL：03-3605-2811

# メタボリックドミノ

内臓脂肪による肥満から起こるメタボリックシンドローム、そして糖尿病、動脈硬化、慢性腎臓病、心筋梗塞、脳卒中へドミノ倒しのように次々と病気が襲ってくることから、この一連の流れを、メタボリックドミノといいます。



このようなドミノ倒しを起こさせないためには、食べ過ぎ・飲み過ぎ・運動不足などの生活習慣を改善し、メタボリックシンドロームの原因である内臓脂肪の蓄積を予防・改善することが大切です。

## 治療内容

生活習慣の包括的評価・指導

管理栄養士・看護師・医師がチームで支援します。

### •薬物療法の導入

食事・運動療法で改善が難しいケースでは、ゼップバウンド®（チルゼパチド）などの抗肥満薬を適切に使用します。

### •継続的なフォローアップ

体重や代謝指標の経時変化を追いながら、治療方針を柔軟に調整します。



# 保険診療の対象の方

①

- 高血圧症
  - 脂質異常症
  - 2 型糖尿病
- のいずれか 1 つ以上の診断がなされている



②

- BMI が  $27\text{kg}/\text{m}^2$  以上であり  
2 つ以上の肥満に関する健康障害\*を有する  
又は
- BMI が  $35\text{kg}/\text{m}^2$  以上である

\*肥満に関連する健康障害

1. 耐糖能障害（2 型糖尿病・耐糖能障害など）
2. 脂質異常症
3. 高血圧症
4. 高尿酸血症・痛風
5. 冠動脈疾患
6. 脳梗塞

7. 非アルコール性脂肪性肝疾患
8. 月経異常・不妊
9. 閉塞性睡眠時無呼吸症候群・肥満低換気症候群
10. 運動器疾患
11. 肥満関連腎臓病

● 高血圧、脂質異常症又は 2 型糖尿病並びに肥満症に関する最新の診療ガイドラインを 参考に、適切な食事療法・運動療法に係る治療計画を作成し、本剤を投与する施設において当該計画に基づく治療を **6 カ月以上** 実施しても、十分な効果が得られない患者であること。また、食事療法について、この間に **2 カ月に 1 回以上の頻度** で管理栄養士による栄養指導を受けた患者であること。

● 食事療法・運動療法に関して、患者自身による記録を確認する等により必要な対応が実施できていることを確認し、必要な内容を管理記録等に記録すること。

● 本剤を投与する施設において合併している高血圧、脂質異常症又は 2 型糖尿病に対して薬物療法を含む適切な治療が行われている患者であること。  
本剤で治療を始める前に高血圧、脂質異常症又は 2 型糖尿病のいずれか 1 つ以上に対して適切に薬物療法が行われている患者であること。

## 食事記録表

医療法人社団 栄整会 ID \_\_\_\_\_ 身長 \_\_\_\_\_ cm 注意点 ①口に入れたものは全て記入してください。  
食事記録表 氏名 \_\_\_\_\_ 年齢 \_\_\_\_\_ 体重 \_\_\_\_\_ kg ②予約した栄養指導日にお持ちください。

記入例			年 月 日			月 日			月 日			月 日		
献立	材料名	摂取量	献立	材料名	摂取量	献立	材料名	摂取量	献立	材料名	摂取量	献立	材料名	摂取量
ご飯	ご飯	茶碗大盛	朝食			朝食			朝食			朝食		
みそ汁	豆腐	1/6丁 少々	食べた時間	時	分	食べた時間	時	分	食べた時間	時	分	食べた時間	時	分
サラダ	胡瓜	1/6本	昼食			昼食			昼食			昼食		
	トマト	1/2個	食べた時間	時	分	食べた時間	時	分	食べた時間	時	分	食べた時間	時	分
	レタス	1/4個	夕食			夕食			夕食			夕食		
	フレッシュ	大さじ1	食べた時間	時	分	食べた時間	時	分	食べた時間	時	分	食べた時間	時	分
鶏の唐揚げ	鶏のぶつ切り	5個	間食			間食			間食			間食		
	キャベツ	1/10個	食べた時間	時	分	食べた時間	時	分	食べた時間	時	分	食べた時間	時	分
	レモン	1/4個	食べた時間	時	分	食べた時間	時	分	食べた時間	時	分	食べた時間	時	分

備考

①味付けの濃さ  
(濃い・普通・薄い)

②野菜を食べる量  
(多い・普通・少ない)

③嫌いな食品

④外食の頻度  
(週に・月に 回)

⑤外食は何を食べますか？  
(例: ラーメン 1杯 餃子 1皿/寿司 1皿)

⑥お酒を飲む頻度  
(飲まない・毎日・週に2,3回・機会飲酒)

⑦1回に飲むお酒の種類・量  
(例: ビール 350ml 2杯/日本酒 1合)

⑧甘いものを食べる頻度  
(食べない・毎日・週に2,3回)

⑨甘い物の種類・量  
(例: ポテトチップス 1袋/コーラ600ml)

⑩運動していますか？  
(している・していない)  
(例: ジョギング 30分 週に 2日)

※記載された記録は、いた情報をもとに栄養指導を行いますので、栄養指導時に必ずご持参して頂くようお願いいたします。

「食事記録表」4日間の食事内容を記載し持参して頂き、管理栄養士による栄養指導を行います。

# 診察申し込み及び診療予約について

- ・オンライン診療は行っておりません。
- ・綾瀬循環器病院1階での診察となります。
- ・ **毎週金曜日 午前（完全予約制）**
- ・初めて肥満外来を受診する場合  
診察と共に栄養指導を受けて頂きますので「食事記録表」に  
4日間の食事内容を記載して持参して頂きます。  
電話で事前予約をお願いします。

TEL：03-3605-2811 平日：9：00～16：30まで

「肥満症外来の予約を取りたい」とお伝えください。

- ・保険診療の対象外となった場合は自由診療となります。  
保険診療の場合**GLP-1/GIP受容体作用薬の処方**は  
**6か月後からとなります。**

医療機関からのご依頼は診療情報提供書をFAX頂けますと  
幸いです。

FAX：03-3605-2118（綾瀬循環器病院 地域医療連携室宛）

## アクセス



〒120-0006 東京都足立区谷中2-16-7

TEL 03-3605-2811（代）／FAX 03-3605-2118

東京メトロ千代田線北綾瀬駅「5番出口」より徒歩3分

医療法人社団 栄悠会 ID

身長 cm

注意点 ①口に入れたものは全て記入してください。

食事記録表

氏名 殿

体重 kg

②予約した栄養指導日にお持ちください。

記入例		
献立	材料名	摂取量
ご飯	ご飯	茶碗大盛
	みそ汁	豆腐 ワカメ 1/6丁 少し
サラダ	胡瓜	1/6本
	トマト	1/2個
鶏の 唐揚げ	レタス	1/8個
	ドレッシング	大さじ1
	鶏のぶつぎり	5個
	キャベツ	1/10個
	レモン	1/8個

備考

年 月 日				月 日				月 日				月 日			
	献立	材料名	摂取量		献立	材料名	摂取量		献立	材料名	摂取量		献立	材料名	摂取量
朝食				朝食				朝食				朝食			
	食べた時間 時 分				食べた時間 時 分				食べた時間 時 分				食べた時間 時 分		
昼食				昼食				昼食				昼食			
	食べた時間 時 分				食べた時間 時 分				食べた時間 時 分				食べた時間 時 分		
夕食				夕食				夕食				夕食			
	食べた時間 時 分				食べた時間 時 分				食べた時間 時 分				食べた時間 時 分		
間食				間食				間食				間食			
	食べた時間 時 分				食べた時間 時 分				食べた時間 時 分				食べた時間 時 分		

①味付けの濃さ  
( 濃い ・ 普通 ・ 薄い )

②野菜を食べる量  
( 多い ・ 普通 ・ 少ない )

③嫌いな食品  
(

④外食の頻度  
( 週に ・ 月に 回 )

⑤外食は何を食べますか？  
( 例:ラーメン 1杯 餃子 1皿/寿司 10貫 )

⑥お酒を飲む頻度  
( 飲まない ・ 毎日 ・ 週に2、3回 ・ 機会飲酒 )

⑦1回に飲むお酒の種類・量  
( 例: ビール 350ml 2本/日本酒 1合 )

⑧甘いものを食べる頻度  
( 食べない ・ 毎日 ・ 週に2、3回 )

⑨甘い物の種類・量  
( 例:ポテトチップス 1袋/コーラ500ml )

⑩運動していますか？  
( している ・ していない )  
( 例:ジョギング 30分 週に 2日 )  
お疲れ様でした。記載頂いた情報を元に  
栄養指導を行ないますので、栄養指導時に  
必ずご持参して頂くようお願い致します。