

**Citation:** Norris SL, Zhang X, Avenell A, Gregg E, Brown TJ, Schmid CH, Lau J. Long-term non-pharmacological weight loss interventions for adults with type 2 diabetes mellitus. *The Cochrane Database of Systematic Reviews* 2005, Issue 2. Art. No.: CD004095.pub2. DOI: 10.1002/14651858.CD004095.pub2.  
**CRG名:** Metabolic and Endocrine Disorders

### [最新版\(英語版\)はこちら](#)

**英語版最終改訂年月:** 23 February 2005

**Clib issue No.;** N/U: 2005 issue 4; -

**背景:** 2型糖尿病症例は大半が過剰体重であり、肥満は糖尿病に伴う代謝異常および生理学的異常を悪化させる。

**目的:** 2型糖尿病の成人に対するライフスタイルおよび行動による体重減少ならびに体重コントロール介入の有効性を評価する。

**検索戦略:** 複数の参考文献電子データベースをコンピュータで検索して研究をみつけだし、選択した雑誌のハンドサーチおよび肥満研究の専門家との協議により、検索結果を補った。最終検索は2004年5月に行った。

**選択基準:** 食事、身体活動または行動によるひとつ以上の介入法を用いて体重減少または体重コントロール戦略を検討しており、追跡期間が12カ月以上ある、あらゆる言語の既発表または未発表ランダム化比較試験を組み入れた。

**データ収集と分析:** ランダム効果モデルを用いて、効果を統合した。

**主な結果:** 体重減少介入の試験22件を同定し、参加者総数は4,659名、追跡期間は1~5年であった。通常のケアと比較した被験者585名では、介入による統合した体重減少は1.7kgであり(95%信頼区間[CI]0.3~3.2)、517名のベースライン体重の3.1%であった。このほかの主な比較からは有意な結果が示されず、身体活動および行動による介入を受けた126名では、超低カロリー食を併用した人の体重減少は3.0kgで(95%CI-0.5~6.4)、ベースライン体重の1.6%であり、低カロリー食療法を併用した人より減少率が高かった。同一の食事と行動介入を受けた53名では、強化した身体活動介入を受けた人の体重減少は3.9kgで(95%CI-1.9~9.7)、ベースライン体重の3.6%であり、穏やかな身体活動介入を受けた人や身体活動介入を受けなかった人より減少率が高かった。比較対照群には著明な体重減少(最大10.0kg)に達した人がしばしば見受けられ、これが投与群間差を小さくしていた。全般に、グリコヘモグロビンの変化は体重の変化に対応していたが、投与群間差を検討したところ有意ではなかった。QOLおよび死亡率に関するデータは同定されなかった。

**レビューアの結論:** 食事、身体活動または行動による介入を用いた体重減少戦略は、投与群間差は小さいものの体重を改善した。ただし、これらの結果は比較対照群の体重減少によって小さく現れており、個々の試験群を調べた結果、超低カロリー食または低カロリー食を含めた複合介入法が、2型糖尿病の成人の体重減少達成を期待できる可能性があることが示された。

翻訳公開日: 06年6月23日

ご注意: この日本語訳は、臨床医、疫学研究者などによる翻訳のチェックを受けて公開していますが、訳語の間違いなどお気づきの点があれば、Minds事務局までご連絡ください。また、この日本語訳はコクラン・ライブラリ2005年issue 4に掲載されたレビュー・アブストラクトの翻訳です。コクラン・ライブラリは年4回改定版が発行されていますので、ご利用に際しては、最新版(英語版)の内容をご確認ください。