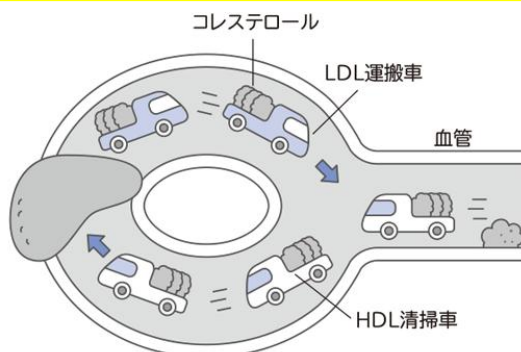


●脂質異常症を放っていませんか？

私たちの血液の中には、コレステロールやトリグリセライド（TG：中性脂肪）、リン脂質、遊離脂肪酸といった脂質と呼ばれる物質が含まれています。脂質は、細胞膜やホルモンの材料となったり、エネルギーの貯蔵庫になるなど、私たちの体の機能を保つために大切な働きをしています。

通常、脂質は、肝臓で作られたり食事からとり込まれたりして、血液中に一定の量が保たれるように調節されています。脂質異常症は、体の中で脂質の流れがうまく調節できなくなったり、食事から体の中に入ってくる脂質の量が多くなりすぎたりして、血液中のLDLコレステロール（悪玉コレステロール）やトリグリセライドが多くなりすぎている状態、またはHDLコレステロール（善玉コレステロール）が少ない状態が続く病気です。なお、脂質異常症は、以前は「高脂血症」と言われていましたが、2007年より「高脂血症」は「脂質異常症」という病名に変わっています。

脂質異常症を放っておくと、血管の動脈硬化が少しずつ進んでいき、やがて心筋梗塞や脳卒中などの深刻な病気を引き起こしかねません。動脈硬化には、さまざまな病気や生活習慣などが関係していますが、脂質異常症は動脈硬化ともっとも関係の深い病気のひとつです。したがって、血液中の脂質の値を測って、常にこれらを適正な値に調節していくことは、動脈硬化の予防のためにとっても大切です。



脂質異常症の診断基準

LDLコレステロール	140mg/dl	高LDLコレステロール血症
	120～139mg/dl	境界域高LDLコレステロール血症
HDLコレステロール	40mg/dl未満	低HDLコレステロール血症
トリグリセライド：TG	150mg/dl以上	高トリグリセライド血症

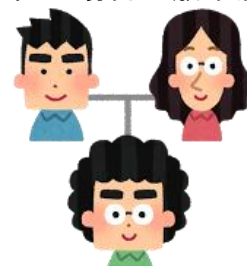
●脂質異常症の原因



脂質異常症の発症には、過食、運動不足、肥満、喫煙、アルコールの飲みすぎ、ストレスなどが関係しているといわれています。特に、お腹の中に脂肪がたまる「内臓脂肪型肥満」の方はLDLコレステロールや中性脂肪が多くなり、HDLコレステロールが少なくなりやすい傾向があります。

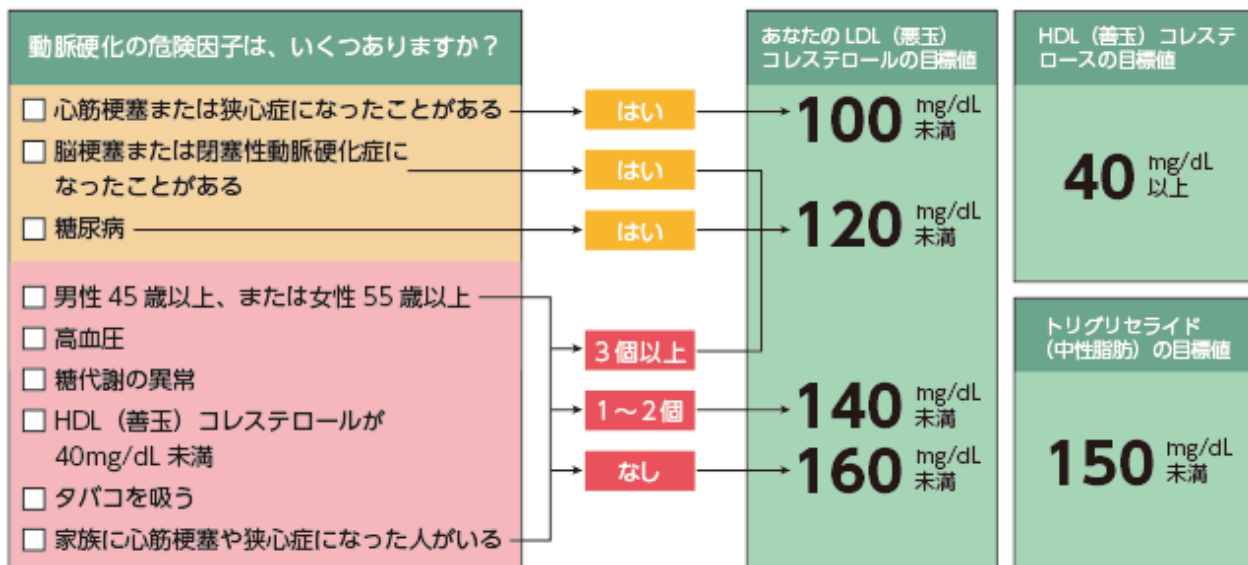
また、遺伝的な要因によって起こる「家族性高コレステロール血症」と呼ばれているものもあります。このタイプは、遺伝性ではないタイプのものに比べてLDLコレステロール値が著しく高く、動脈硬化が進行しやすいことが知られています。親や祖父母、兄弟など血のつながったご家族に脂質異常症や男性の場合55歳未満、女性の場合65歳未満で心筋梗塞を起こした方がいる場合、家族性高コレステロール血症の可能性が高いため、まず、ご自身のLDLコレステロール値を確認してみましょう。

また、生活習慣の乱れや遺伝的な要因で起こるもの以外に、甲状腺機能低下症や副腎皮質ホルモン分泌異常などのホルモンの分泌異常、糖尿病や腎臓病などの他の疾患、ステロイドホルモンや避妊薬などのお薬によるものもあります。



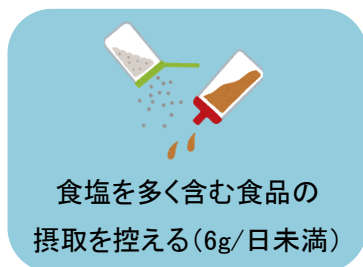
●脂質異常症の治療の基本は生活習慣の改善です

通常、血液検査値の基準値は皆同じですが、脂質異常症の治療目標は、一人ひとり違います。動脈硬化をすでに起こしてしまっている方や、動脈硬化を進めやすい方は、より低い目標値となります。



日本動脈硬化学会編 動脈硬化性疾患予防ガイドライン2012年度版より

脂質異常症と言われたら、まず治療は生活習慣の改善から始めます。



●薬は医師や薬剤師の指示通り飲みましょう

生活習慣の改善を十分に行ったにもかかわらず、検査値が改善しない場合や危険因子を多く持つ方、遺伝性の要因による家族性高コレステロール血症と診断された方は、薬物療法を始めることがあります。

長い間の生活習慣の乱れで発症した脂質異常症は、その治療にも長い時間を要します。検査値をみて勝手にお薬の量や服用の回数を変えたり、服用をやめたりしてはいけません。たとえ一時的に検査値が正常に近づいたとしても、それはお薬の効果によるもので、お薬をやめれば元に戻るケースがほとんどです。医師や薬剤師の指示通りに服用することが大切です。



バックナンバーはホームページよりダウンロードできます。

定期購読を希望される方や内容についてのご質問がございましたらお気軽にお問い合わせください。