

お元気ですか

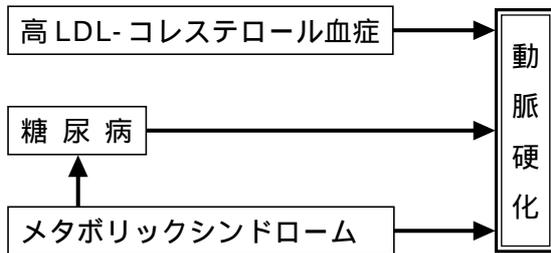
脂質異常症 (LDL-コレステロールが高い)

由岐病院内科 本田 壮一

「高脂血症」には、高いという名前がついているのに、HDL-コレステロールは、低いのが悪いと矛盾がありました。そこで、平成19年の治療指針より、表題のように「脂質異常症」という病名が用いられています。

健康診断を受け、「コレステロールが高いと言われました。どうしたらよいですか。」と、相談されることがあります。そこで、現在の脂質異常症の治療について、解説します。目標は、動脈硬化を防ぐことです。(図)

図：動脈硬化と脂質異常症



日本人の患者さんで脂質異常症の統計などが明らかになり、数字が決められています。治療の方針は、コレステロール、中性脂肪の数字だけでなく、他のリスク(危険因子)をなくすことです。他のリスクには、喫煙・高血圧や糖尿病の治療を行っているかどうかがあります。

また、コレステロールの目標値も、従来の総コレステロールより、LDL-コレステロール(いわゆる悪玉のコレステロール)について、決められています。LDL-コレステロールが1デシリットル当たり140ミリグラム以上になると、高いと考えます。

一度、心筋梗塞になった方や、狭心症の治療中の方は、心臓の血管に動脈硬化があるので、最もリスクが高く、LDL-コレステロールを100未満

【著者略歴】

本田 壮一 (ほんだ そういち)
 由岐病院院長・阿部診療所所長(兼任)
 昭和33年7月、美波町田井の生まれ。富岡西高、徳島大学医学部卒業。徳島大学病院内科、関連病院勤務後、平成17年4月より、現職。

と特に厳しく下げる必要があり、生活習慣(食事・運動・睡眠・ストレス解消)の改善とともに、薬物治療が必要となります。(表)

表：目標値

	LDL-コレステロール (mg/dl)
リスクが低い人	160 未満
リスクが中等度の人	140 未満
リスクが高い人	120 未満
狭心症 心筋梗塞 になった人	100 未満

その他の危険因子として、年齢(男性45歳以上、女性55歳以上)、高血圧、糖尿病(いわゆる糖尿病予備軍も含みます。)、喫煙、家族が狭心症や心筋梗塞になった方、HDL-コレステロール(いわゆる善玉のコレステロール)が低いなどがあげられます。

これらの危険因子が、0、1-2、3個以上により、160、140、120と目標値が低くなります。また、糖尿病、脳梗塞、^{へいそくせい}閉塞性動脈硬化症(脚の血管がつまる病気)にかかっている人は、120が目標です。

数字が入り、ややこしい話になりましたが、健康診断でLDL-コレステロールのみが高い方は、かかりつけ医に相談し、すぐに薬ではなく、生活習慣を見直すことから始めましょう。

ご意見・ご感想を歓迎します。

由岐病院 FAX: 0884(78)0533