

「脂質異常症」について



常陸大宮済生会病院
院長 河野 幹彦

【脂質異常症とは】

脂質異常症とは、血液中の悪玉コレステロール（LDL-C）値、中性脂肪値、善玉コレステロール（HDL-C）値に異常が認められる状態です。高い場合は高脂血症、低い場合は低脂血症と呼んでいます。

【診断】

検査前日の暴飲暴食を避け、10時間以上絶食した早朝空腹時に採血した結果で診断されます。

下記のような場合は、動脈硬化が進む可能性が高く、治療が必要となります。

- ① 高悪玉コレステロール（空腹時で 140mg/dL 以上）のみ
- ② 高悪玉コレステロールと高中性脂肪（空腹時で 150mg/dL 以上）の両方
- ③ 高悪玉コレステロールと低善玉コレステロール（空腹時で 40mg/dL 未満）
- ④ 高中性脂肪と低善玉コレステロール
- ⑤ 高悪玉コレステロール、高中性脂肪、低善玉コレステロール

中性脂肪のみ少し高い場合には治療の対象になることはほとんどありませんが、値が 1000mg/dL 以上の場合には、急性膵炎を発症する危険性があります。また、善玉コレステロールのみ低い場合は、動脈硬化が進む可能性があります。善玉コレステロールのみ高い場合は、悪影響を及ぼすことはほとんどありません。

【治療】

治療としては、まず食事療法と運動療法を行います。高悪玉コレステロールの場合、飽和脂肪酸（動物性脂肪に多い）や卵類、菓子類、加工食品を減らし、野菜（キノコ、大豆類を含め）や海藻を多くします。乳製品にも注意します。高中性脂肪も脂質や糖質、アルコールを減らし、野菜、海藻、青魚を多くします。高悪玉コレステロール、高中性脂肪、低善玉コレステロールのいずれも過食を避け、体重の適正化に努めます。運動は、1回30分以上、週3日以上の有酸素運動（速歩など）が効果的です。善玉コレステロール増加には禁煙も有効です。食事療法と運動療法で数値が改善しない場合には薬を使用します。

【管理目標値】

悪玉コレステロールの管理目標値は、動脈硬化を促進させやすい原因（糖尿病・糖尿病予備軍・慢性腎臓病・脳梗塞・末梢動脈疾患・高血圧・喫煙など）の保有数と年齢に応じて決められます。動脈硬化の危険性が低い方から管理目標値を 160mg/dL 未満、140mg/dL 未満、120mg/dL 未満、100mg/dL 未満と設定し、必要に応じてコレステロール低下薬を使います。

中性脂肪の管理目標値は 150mg/dL 未満、善玉コレステロールの管理目標値は 40mg/dL 以上です。

〈平成 28 年度 常陸大宮済生会病院 救急患者受入状況〉

※救急受け入れの人数を月別に表しています。（休日・時間外を含む）

■ 救急車以外
■ 救急車

