

## 特集 脂質異常症 (高脂血症)

脂質異常症 (以前は高脂血症と呼ばれていました) は、血液中の脂肪分 (コレステロールや中性脂肪など) が増えすぎて血液がドロドロになっている病気です。この状態が続くと、動脈硬化が少しずつ進み、心筋梗塞や脳梗塞などの病気が起きやすくなります。自覚症状がなく血液検査をして初めてわかる病気なので、その危険性に気付かないことが多いのです。

ほとんどが過食や運動不足、肥満、喫煙といった生活習慣によって起こりますが、遺伝性のものや他の病気などが原因となる場合もあります。

### ☆脂質異常症の診断基準 (空腹時採血) ☆

高LDL血症	LDL 140mg/dl以上
低HDL血症	HDL 40mg/dl未満
高TG血症	TG 150mg/dl以上

以前は、高コレステロール血症 (総コレステロール: 220mg/dl以上) も基準になっていました

LDL: LDLコレステロール(悪玉) HDL: HDLコレステロール(善玉) TG: トリグリセリド(中性脂肪)

LDL: 肝臓で作ったコレステロールのうち、血管や組織に運ばれる途中のもの  
 HDL: 血管や組織で使われなかったコレステロールのうち、肝臓へ戻る途中のもの  
 TG: 皮下脂肪や肝臓に蓄えられ必要により分解されエネルギー源になるエネルギーとして使われずに増加すると、脂肪細胞となって体内にたまり肥満となる

### ●治療

生活習慣が深く関係しているので、治療の基本は食事療法と運動療法です。

- ・食事療法: コレステロールを含む食事を減らし食物繊維の多い野菜などを積極的にとる糖質やアルコールを控える
- ・運動療法: 気軽に続けられる有酸素運動 (ウォーキングや水泳など) を行う
- ・禁煙



・薬物療法: 食事や運動療法でも改善しない時には薬物療法を行う

LDLとTGを下げ、HDLを上げて、動脈硬化を予防することが目標

☆よく使われる薬 ☆ ※効果には個人差があります。

分類	薬の作用			主な薬品名
	LDL	TG	HDL	
スタチン系	↓↓↓	↓	↑	メバロチン・プラバスタチンNa リピトールなど
陰イオン交換樹脂	↓↓	—	↑	コレバインなど
小腸コレステロール トランスポーター阻害薬	↓↓	↓	↑	ゼチーア
フィブラート系	↓	↓↓↓	↑↑	ベザトールSR・ベザテートSRなど
ニコチン酸誘導体	↓	↓↓	↑	ユベラン、ニチEネートなど
プロブコール	↓	—	↓↓	シンレスタール、ロレルコなど
E P A	—	↓	—	エパデールなど

(注) スタチン系とフィブラート系は、肝臓や筋肉に障害を起こす副作用がでることがある。また、妊婦・授乳婦など服用できない場合がある。

それぞれの症状に合わせて医師が処方しているため、自己判断で中止しないでください。効果や副作用を確認するためにも定期的に血液検査を受けるようにしましょう。

また、薬物療法を行っていても、食事や運動には気をつけましょう。(北西)

### ～お知らせ～

いつも皆様にご利用いただいているヘルス企画の薬局の中で、杭瀬地域にあります『かりん薬局』が今年5月に移転することになりました。この移転で、より身近で安心できる薬局を目指してがんばります。皆様の変わらぬご支援、ご協力をお願い致します。 かりん薬局職員一同



いちご薬局 かりん薬局 すみれ薬局  
 つくし薬局 さくらんぼ薬局 いちご薬局北店