

# 健康 ぷらざ

## LDLコレステロールが 高い状態を放置しないで

指導：りんくう総合医療センター 理事長 山下 静也

企画：  
日本医師会

No. 533

### コレステロールの役割と循環

コレステロールは、細胞の膜やホルモンを作る材料になる重要な物質です。血液中には、いわゆる悪玉と呼ばれるLDLという粒子によって運ばれるLDLコレステロールと、善玉と呼ばれるHDLという粒子によって運ばれるHDLコレステロールがあります。LDLは肝臓で作られたコレステロールを全身へ運び、増えすぎたコレステロールをHDLが回収して肝臓へ戻し、コレステロールの量を調整しています。

### LDLコレステロールが 過剰になると

このふたつのコレステロールのバランスが崩れて、血液中のLDLコレステロールが過剰になると、脂質異常症と呼ばれる状態の1つです。この状態が続くと、LDLコレステロールが血管壁の中に入り込んでたまり、水道管が錆び付いたような動脈硬化ができます。動脈硬化が進むと、狭心症や心筋梗塞、脳梗塞などの動脈硬化性疾患を引き起こします。



### 健診で脂質異常症を指摘されたら

下の表のいずれかに当てはまると、脂質異常症といわれる状態です。どのような対策・治療を行うかは、年齢や性別、身体所見や家族歴など、この数値以外の因子も考慮して判断します。特に、LDLコレステロールは、高値になっていても自覚症状がなく、遺伝性にLDLコレステロールが著しく高くなり、放置すると心筋梗塞になりやすい家族性高コレステロール血症という病気もあります。

いつの間にか動脈硬化が進み、生命を脅かす重大な病気を引き起こす前に、自身の健診結果に目を向けて、早めにかかりつけ医を受診して相談しましょう。

表 脂質異常症診断の目安

血液中の脂質	異常値
LDLコレステロール (悪玉コレステロール)	140mg/dL以上
HDLコレステロール (善玉コレステロール)	40mg/dL未滿
空腹時トリグリセライド (空腹時中性脂肪)	150mg/dL以上
non-HDLコレステロール	170mg/dL以上

(日本動脈硬化学会編「動脈硬化性疾患予防ガイドライン2017年版」の基準をもとに作成)

日本医師会ホームページでは、健康ぷらざのバックナンバーがご覧いただけます。



目医

バーコード読み取り機能付き  
携帯電話もしくはスマートフォン  
でご利用になれます。