



# 薬の伝言板 ～脂質異常症～



No.302 2023年1月

丸子中央病院 薬局

年末年始は飲食の機会が多く、体重の増加が気になる方もいるのではないのでしょうか。過食や運動不足が続くと、検査でのコレステロールや中性脂肪の数値が心配ですよね。脂質であるコレステロールや中性脂肪は、生命維持に必要な不可欠なエネルギー源ですが、血液中に異常な量が存在してしまうことを「脂質異常症」といいます。

## ●脂質異常症の診断基準・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

脂質異常症では、血液中の **LDL(悪玉)コレステロール**や**トリグリセライド (中性脂肪)**が必要以上に**増えたり、HDL(善玉)コレステロールが減ったり**します。

【スクリーニングのための診断基準 (空腹時採血 ※Non- HDL コレステロールは食後の評価可能)】

LDL コレステロール (LDL-C)	140mg/dL 以上	高 LDL コレステロール血症
HDL コレステロール (HDL-C)	40 mg/dL 未満	低 HDL コレステロール血症
トリグリセライド (TG)	150 mg/dL 以上	高トリグリセライド (中性脂肪) 血症
Non- HDL コレステロール	170mg/dL 以上	高 Non- HDL コレステロール血症

※Non- HDL コレステロール：HDL(善玉)コレステロール以外のコレステロールのこと。LDL コレステロールだけでなく、その他の悪玉コレステロールも反映する。



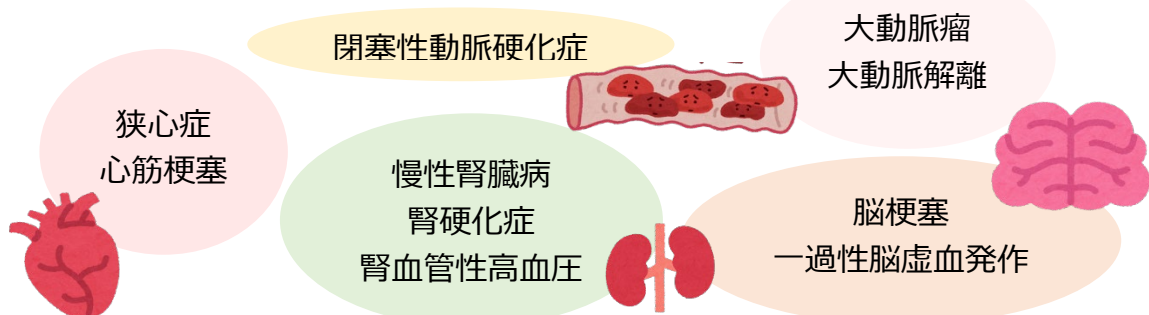
コレステロールや中性脂肪が過剰になると、血管にコレステロールが蓄積したり、血管を傷つけたりすることで、動脈硬化が進みます。

## ●症状はあるの？何が問題になるの？・・・・・・・・・・・・・・・・

自覚症状はほとんどありません。しかし、放置すると全身の血管の動脈硬化が進み、**心筋梗塞や脳梗塞などの重大な合併症が出現するリスクが高まります**。そのため、早期発見・早期治療が肝心です。

(※長年コレステロールが高い状態が続くと、皮膚に脂肪成分が蓄積され、黄色種を形成することがあります。)

### 動脈硬化による主な合併症



● **脂質異常症は生活習慣が原因？** . . . . .

脂質異常症の原因は様々で、原発性と続発性に分類されます。

原発性	続発性
<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 遺伝子異常</li> <li>・ 家族性高脂血症</li> <li>・ 原因不明なもの</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>・ 生活習慣の乱れ（過食・運動不足・喫煙）</li> <li>・ 基礎疾患(糖尿病など)</li> <li>・ 薬物</li> </ul>

● **脂質異常症の治療薬** . . . . .

脂質異常の原因や病態によって、使用する薬剤のタイプが異なります。

	種類	主な薬剤（先発品名称）
主に <b>コレステロールを</b> 下げる薬	HMG-CoA 還元酵素阻害薬 (スタチン)	クレストール、リバロ、リピトール、 メバロチン、リポバス、ローコール
	小腸コレステロール トランスポーター阻害薬	ゼチーア
	陰イオン交換樹脂	コレバイン
	プロブコール	シンレスタール
	PCSK9 阻害薬	レパーサ（皮下注）
	MTP 阻害薬	ジャクスタピッド
主に <b>中性脂肪を</b> 下げる薬	フィブラート系薬剤	ベザトール、リピディル、パルモディア
	ニコチン誘導体	ユベラ N、コレキサミン
	EPA 製剤	エパデール、ロトリガ

● **脂質異常症の予防&改善には？** . . . . .

**禁煙** ・ 禁煙し、受動喫煙を避ける。

- 食事**
- ・ 過食を抑え、標準体重を維持する。
  - ・ 肉の脂身、乳製品、卵黄の摂取を抑え、魚類、大豆製品を多く摂る。
  - ・ 野菜、果物、海藻、雑穀類の摂取を増やす。
  - ・ 塩分の摂取を控える。
  - ・ アルコールの過剰摂取を控える。

**運動** ・ 有酸素運動を毎日 30 分以上行う。



脂質異常症は自覚症状がほとんどないため、日頃は薬の効果が実感しにくいですが、治療の効果を最大限得るためにも、**服用を継続することが大切です。**

