



脂質異常症

コレステロール値や中性脂肪が高い場合、なぜ数値を下げる必要があるのでしょうか。その目的は、なにより動脈硬化を予防し、動脈硬化から発症する冠動脈疾患（心筋梗塞、狭心症）など命にかかわるような病気を防ぐことにあります。

日本人は近年まで冠動脈疾患に代表される動脈硬化症疾患の発症が比較的少ない民族でした。しかし、最近では、食事・運動などの生活習慣の変化に伴い、日本人の LDL-C 値は増加傾向にあります（LDL-C とは、悪玉コレステロールのことです）。

LDL-C 値が上昇するとともに冠動脈疾患のリスクが上昇することも確認されており、今後、日本でも冠動脈疾患の発症率が増加してくる可能性が考えられます。

日本における動脈硬化症疾患の発症頻度を低く保つための基準として、2007年に“脂質異常症の診断基準”が発表されました。今まで用いられてきた“高脂血症”という記載では、重要な脂質異常である低 HDL-C 血症を含む表現として適切ではないこと、また諸外国の記載と統一するために“脂質異常症”に記載が変更されました。

表) 脂質異常症の診断基準（空腹時採血）

高 LDL コレステロール血症	LDL コレステロール	≥	140m g/d l
低 HDL コレステロール血症	HDL コレステロール	<	40m g/d l
高トリグリセライド血症	トリグリセライド	≥	150m g/d l

LDL-C 値 140m g/d l 以上（TC 値 220m g/d l 以上）を高 LDL-C 血症の診断基準とされました。この基準は、あくまでも動脈硬化性疾患高リスク群の診断のためのもので、高血圧等の他のリスクがあると、より厳しい基準となります。また、動脈硬化性疾患の危険因子としてのコレステロール値としては、長年にわたり、TC 値が使用されてきましたが、TC 値ではなく LDL-C 値を用いることとされました。

この診断基準により脂質異常症と判断された場合は、将来の動脈硬化症を予防するために生活習慣の改善を行う必要があります。これが治療の基本となります。脂質異常を示す方は生活習慣の悪化に基づいているものが多く、動脈硬化性疾患の危険度の高くない脂質異常の方に対しては、まず、生活習慣の改善を中心に治療することになります。

詳しくは、医師とよく相談するとよいでしょう。