

ご存知ですか？ 脂質異常症



監修

帝京大学 臨床研究センター センター長 / 寺本内科歯科クリニック 院長
寺本 民生 先生

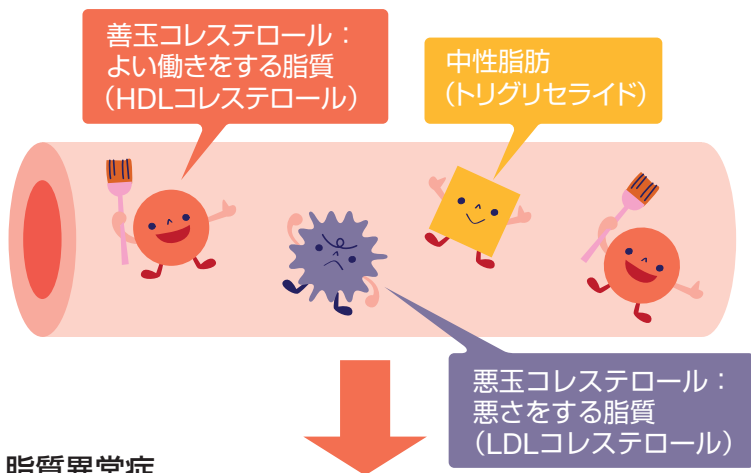
Question

そもそも、「脂質異常症」って何？

Answer

血液中の悪玉コレステロール(LDLコレステロール) や中性脂肪(トリグリセライド) が必要以上に増えるか、または善玉コレステロール(HDLコレステロール) が減った状態のことを「脂質異常症」といいます。

通常の状態



脂質異常症



ノート



“non-HDLコレステロール” が最近注目されています！

総コレステロールから善玉コレステロールを除いた“non-HDLコレステロール”の値が脂質異常症の診断基準として注目されています。

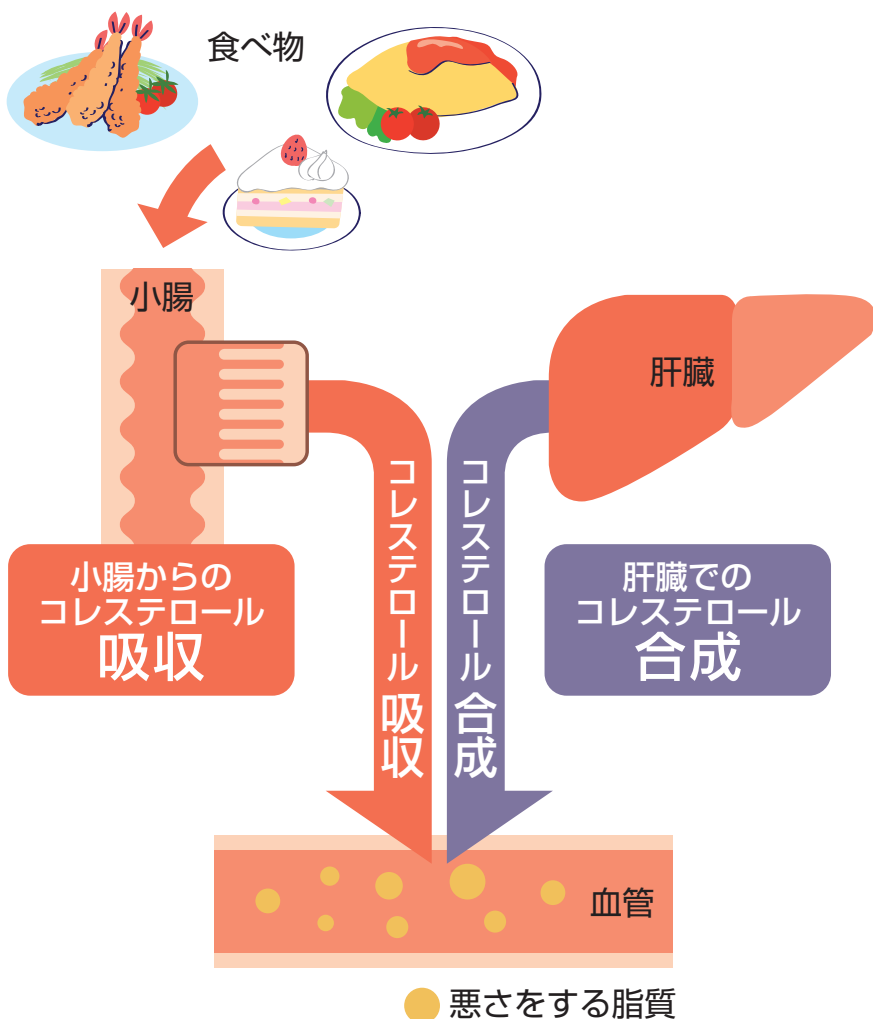
※ non-HDLコレステロール＝総コレステロール－善玉コレステロール(HDLコレステロール)

Question

ところで、血中の「コレステロール」はどこからくるの？

Answer

血液中のコレステロールには、食事などからとりこまれて、小腸から吸収されるものと、肝臓でつくられるものがあります。



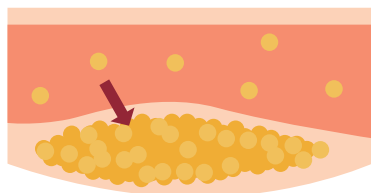
Question

悪玉コレステロールが多くなると、
どうなるの？

Answer

“ コレステロールは本来、細胞を形成する成分として必要な物質ですが、過剰な状態が長く続くと動脈硬化の原因となります。自覚症状がないため、放置しておくと、脳梗塞や心筋梗塞などを引き起こす原因となります。 ”

悪さをする脂質が血管壁の間に潜り込みコブができる



コブが破裂し、血栓ができる



血栓



脳梗塞



心筋梗塞

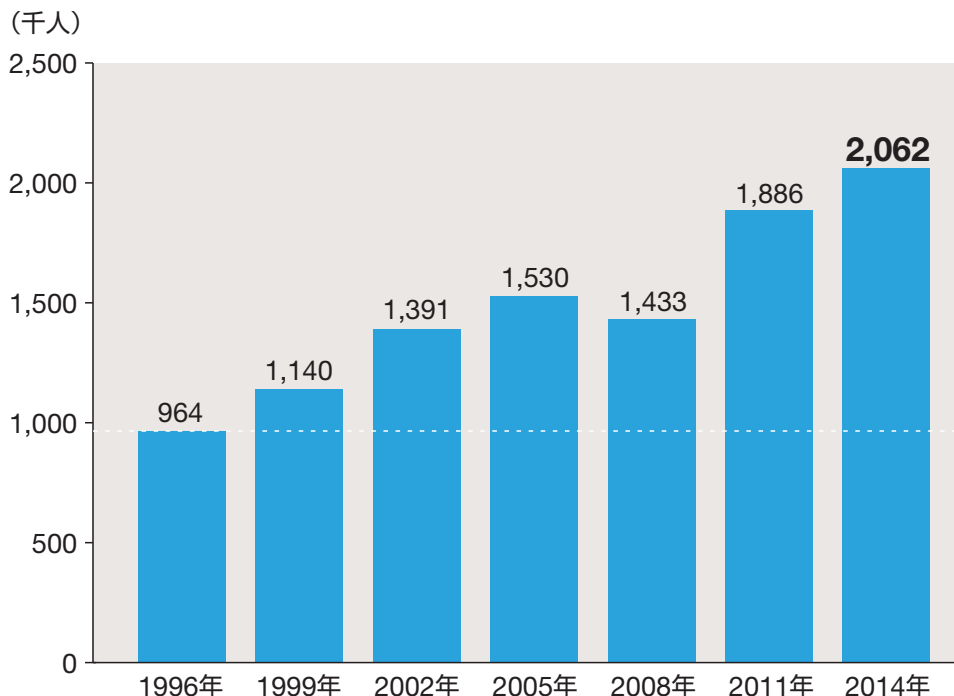
Question

じつは、日本において脂質異常症患者数は
年々増加している？

Answer

2014年の調査では、継続的に脂質異常症の治療を受けている推計患者数が、1996年にくらべ、2倍以上に増加していました。

脂質異常症の総患者数の推移



※ 2007年に日本動脈硬化学会では「高脂血症の診断基準」を「脂質異常の診断基準」とし、動脈硬化性疾患リスクの高い集団のスクリーニングの診断基準としてLDLコレステロール値140mg/dLを採用。総コレステロール値については除去された。

総患者数とは、継続的に脂質異常症の治療を受けている者の数を推計したもの。

Question

LDLコレステロールの値が高いとどのくらい 心筋梗塞の発症リスクが高くなる？

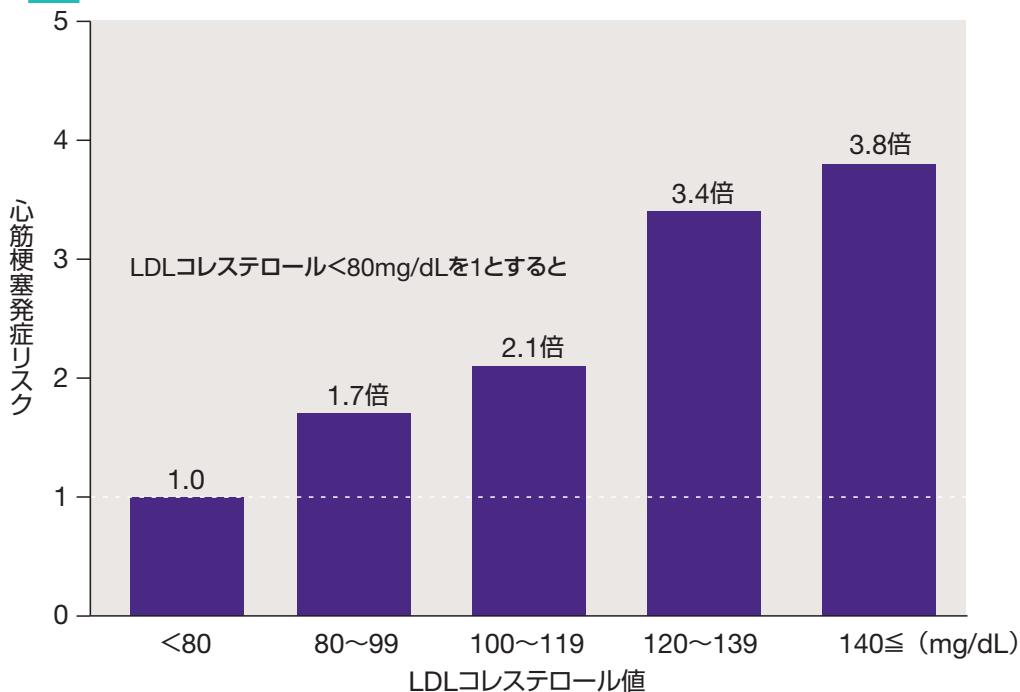
Answer

LDLコレステロールが、80mg/dL未満の人とくらべると、140mg/dL以上の人では、心筋梗塞の発症リスクが約4倍に増えます。

そのため、ご自身のLDLコレステロール値を把握し、高ければ下げる必要があります。



LDLコレステロール値ごとの心筋梗塞発症リスク



性別、年齢及びその他の関連因子
(血圧、降圧薬の使用、血糖値、BMI、喫煙状況、
飲酒状況、脂質低下薬の使用、HDLコレステロール値、
トリグリセライド値、空腹状態、登録年および地域)で調整

Imano H et al. *Preb Med* 2011; 52: 381-386.より作図
(循環器検診を受診した一般住民約8,000人を22年間追跡したデータ)

Question

LDLコレステロールの管理目標値は、
みんな同じ？

Answer

脂質異常症や高血圧、糖尿病などは、動脈硬化を進行させる危険因子です。

危険因子は1つだけでも動脈硬化を進行させる原因となり得ますが、複数あると進行を早め、心筋梗塞などのリスクが高まります。

そのため、危険因子を複数持つ人は、LDLコレステロール値をより低く管理する必要があります。



あなたのLDLコレステロール(LDL-C) 管理目標値を知りましょう！

心筋梗塞などの既往や糖尿病などの合併症の有無、年齢や喫煙歴など患者さんの様々な状況に応じて、LDL-C管理目標値は一人ひとり異なります。また、LDL-C以外にも管理が重要な脂質（non-HDLコレステロール〔non-HDL-C〕、HDL-C、トリグリセライド〔TG〕）があります。このフローチャート※¹を用いて、まずはご自身の目標値をチェックしてみてください。

※¹ 家族性高コレステロール血症の方は適用できません。

**動脈硬化性疾患(心筋梗塞や狭心症などを含む心疾患)
を患ったことはありますか？**

↓ ない

以下の持病はありますか？



糖尿病



慢性腎臓病



非心原性
脳梗塞

↓ ない

次のページへ



ある

LDL-C値

100^{※2}mg/dL未満

(100mg/dL未満が困難な場合、治療開始前の値を50%以上下げることが目標となります)

non-HDL-C値^{※3}

130mg/dL未満



末梢動脈疾患

ある

LDL-C値

120mg/dL未満

non-HDL-C値^{※3}

150mg/dL未満

※2 家族性高コレステロール血症、急性冠症候群、糖尿病で他の高リスク病態を合併している方は、70mg/dL未満を目標とした厳格な管理を行います。

※3 non-HDL-C値は総コレステロール(TC)値から、HDL-C値を除いたものです(non-HDL-C値=TC値-HDL-C値)。

LDL-C、non-HDL-Cに加えて、
HDL-C 40mg/dL以上、TG 150mg/dL未満も目指しましょう。

下の計算表で、あなたの動脈硬化性疾患の発症リスクを計算してみましょう。

動脈硬化性疾患発症リスクのスコア計算表

① 年齢(歳)		⑤ HDL-C(mg/dL)		⑦ 耐糖能異常	
35～44	30点	40未満	0点	あり	5点
45～54	38点	40～59	-5点	⑧ 早発性冠動脈疾患家族歴	
55～64	45点	60以上	-6点		
65～69	51点	⑥ LDL-C(mg/dL)		あり	5点
70以上	53点	100未満	0点		
② 性別		100～139	5点		
		140～159	7点		
		160～179	10点		
		180以上	11点		
③ 喫煙				①	
あり	5点			②	
④ 血圧(mmHg)				③	
				④	
				⑤	
				⑥	
				⑦	
収縮期血圧		拡張期血圧		⑧	
120未満	かつ	80未満	-7点	合計	
120～139	かつ/または	80～89	0点		
140～159	かつ/または	90～99	4点		
160～179	かつ/または	100～109	6点		
				点	

①～⑧の合計は何点ですか？

56点以上

LDL-C値

120mg/dL未満

non-HDL-C値^{※3}

150mg/dL未満



41～55点

LDL-C値

140mg/dL未満

(治療開始前の値を20～30%下げること目標にしましょう)

non-HDL-C値^{※3}

170mg/dL未満

40点以下

LDL-C値

160mg/dL未満

(治療開始前の値を20～30%下げること目標にしましょう)

non-HDL-C値^{※3}

190mg/dL未満

※3 non-HDL-C値は総コレステロール(TC)値から、HDL-C値を除いたものです(non-HDL-C値=TC値-HDL-C値)。

LDL-C、non-HDL-Cに加えて、
HDL-C 40mg/dL以上、TG 150mg/dL未満も目指しましょう。

あなたのLDLコレステロール管理目標値は

mg/dL未満です。



“ 伝統的な日本食をモデルに、
食事メニューを見直しましょう。 ”

“ 軽く息がはずむ程度の
有酸素運動を習慣化しましょう。 ”

“ 禁煙することはもちろん、
受動喫煙も避けましょう。 ”

“ ストレスの少ない
ゆとりのある生活を送りましょう。 ”