

Q.脂質異常症とはどのような病気？



A.脂質異常症とは、血液中に含まれる悪玉コレステロール（LDL）や中性脂肪が増え過ぎたり、善玉コレステロール（HDL）が減り過ぎたりしてバランスを崩した状態のことです。主な原因は、食事などの生活習慣の乱れです。

ポイント ★コレステロールと★中性脂肪は悪いものと思いませんか？
それぞれに大切な役割があります。

★コレステロール

細胞膜を構成するために不可欠な成分。不足すれば体の基礎となる細胞そのものがもろくなります。消化液に含まれる胆汁酸の材料でもあり、体内でのビタミン合成などにも必要です。



★中性脂肪

主に体を動かすためのエネルギー源としての役割があります。中性脂肪の特徴は、貯蔵用のエネルギーであること。食事で摂った脂質や糖質、たんぱく質などが小腸や肝臓で代謝され、脂肪として蓄えられます。

増えると…

善玉コレステロール（HDL）を減らし、悪玉コレステロール（LDL）を増やす作用もある。栄養過剰、運動不足でエネルギーの消費が不十分になると、脂質異常を引き起こす。

◇脂質異常症を放置すると・・・

血管を詰まらせ、重い病気を招きます。

- ①血管の内腔が狭くなり、動脈硬化が進む。
- ②悪玉コレステロール（LDL）の塊が破れて血栓ができ、血管が詰まる。
- ③血管が全身のどの部位で詰まるかにより、下記のようなさまざまな病気が起こる。

◇慢性腎臓病

◇狭心症・心筋梗塞

◇脳梗塞