

善玉コレステロールが病気を引き起こす？！

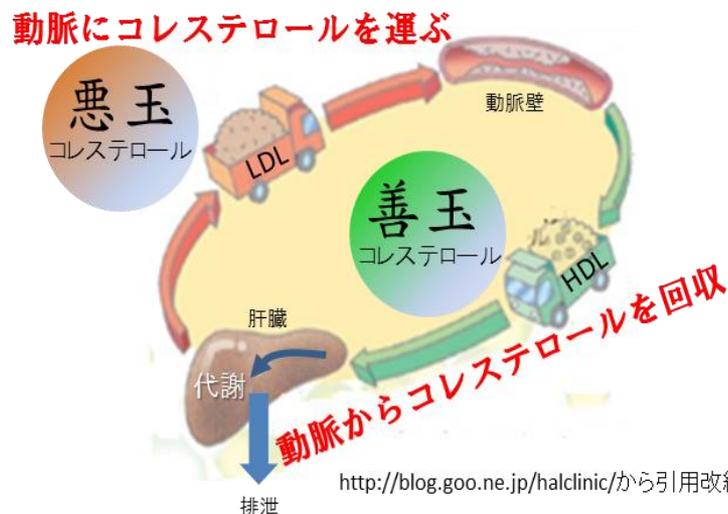
コレステロールには、善玉と悪玉があります。コレステロールなどの脂質がたんぱく質と結びついたものを「リポたんぱく」といい、リポたんぱくを遠心分離器にかけると、LDL（低比重リポタンパク）とHDL（高比重リポたんぱく）に分かれます。

LDLは、細胞内に取り込まれなかった余分なコレステロールを血管内に放置し、動脈硬化を引き起こす原因となるため「悪玉コレステロール」と呼ばれています。一方、HDLは、血管内壁にへばりついて動脈硬化を引き起こすコレステロールを引き抜いて、肝臓まで運ぶ働きをしています。このことから「善玉コレステロール」と呼ばれています。ところが良い働きをする「善玉コレステロール」が少ないことも動脈硬化を引き起こす原因となることがわかり、『高脂血症』という名称から空腹時の採血結果で、（1）悪玉コレステロール値が高い（LDLコレステロールが140mg/dl以上）、（2）中性脂肪値が高い（トリグリセライドが150mg/dl以上）、（3）善玉コレステロール値が低い（HDLコレステロールが40mg/dl未満）、この3タイプを『脂質異常症』と呼ぶようになりました。

健診などで、「脂質異常症です」といわれても、痛くもかゆくもありませんのでそれが何を意味するのかピンとこない人が多く、そのため受診をせず放置されがちです。脂質がどんどん血管の内側にたまって動脈硬化になり、その結果として心筋梗塞や脳梗塞の発作を起こした時に、やっと脂質異常症の重大さに気づくというわけです。

脂質異常は、採血による検査でしか発見できませんので、年に1回必ず健康診断を受けましょう。

そして異常を指摘された時には、必ず受診することが大切です。



<http://blog.goo.ne.jp/halclinic/>から引用改編