

働き盛りの方へ

コレステロール値は、遺伝によるものを除き、ストレスや偏った食生活、運動不足などによって上がります。また、肥満や喫煙、過度の飲酒も高脂血症の原因になります。高脂血症と診断されたら、まず食事療法と運動療法を行い、生活習慣の改善をはかります。食事療法と運動療法を行っても治療目標値に達しない場合には、薬物療法となります。

コレステロール値が高くても、最初のうちは自覚症状がありません。なにもせずに放っておくと、動脈硬化が徐々に進行し、致命的な疾患へと至ります。「サイレントキラー（静かな殺人者）」といわれるゆえんです。高脂血症の治療目的は、狭心症、心筋梗塞、脳梗塞などの重大な病気を防ぐことにあるのです。



■冠動脈の予防、治療の観点からみた日本人のコレステロール値適正域 および高コレステロール血症診断基準値（1997年）

	血清総コレステロール	LDLコレステロール
コレステロール値適性域	200mg/dl未満	120mg/dl未満
コレステロール境界域	200～219mg/dl	120～139mg/dl
高コレステロール血症	220mg/dl以上	140mg/dl 以上



薬物療法

スタチン系薬剤

メバロチン、リポバス、リピトール など

肝臓でコレステロールの合成を抑えて血中のコレステロールを低下させる。

フィブレート系薬剤

リパンチル、ベザトールSR、リポクリン など

肝臓でコレステロールやトリグリセライドの合成を抑え、排泄促進する事で血中のコレステロールやトリグリセライドを低下させる。

陰イオン交換樹脂

コレバイン、クエストラン など

腸内で胆汁酸を吸着して便中に排泄させることで血中のコレステロールを低下させる。

その他

ペリシット、ユベラN、ロレルコ、エパデール など



フィブレート系薬剤とスタチン系薬剤を単独あるいは併用していて、全身倦怠、全身・局所の筋肉痛症状、脱力感、暗褐色尿が認められた場合、横紋筋融解症の可能性があるのでただちに服薬を中止し、担当医に連絡しましょう。

■薬でコレステロール値が下がっても、安心は禁物！

多くの場合、薬物療法によってコレステロール値は下がりますが、薬は根本的な原因を全て解決してくれるわけではありません。単に薬で下がったからと安心して、治療以前と変わらない生活に戻ってしまうことは、他の病気の発症にもつながり、決して好ましいことではありません。

また薬物療法は、運動療法や食事療法と並行して続けてこそ、よりよい効果が得られます。会社勤めの方は、どうしても外食や外でのつきあいが多くなります。バランスのとれた食事を継続的にとることは難しいかもしれませんが、できるだけ動物性脂肪を減らし、カロリーオーバーにならないように気をつけましょう。