

## 市民公開講座 第一部

### コレステロールとうまく付き合うためには

澤山 泰典

九州大学病院臨床教育研修センター准教授



コレステロールは、脂質の一種の遊離脂肪酸であり、細胞膜、胆汁酸、各種ホルモン、ビタミンD前駆体の原料で、健康な体を維持するには無くてはならないものである。食事からも摂取されるが、それより遙かに多い量が肝臓と小腸で合成されている。HDLは善玉、LDLは悪玉という常識ができていますが、本来、善玉も悪玉もない、両方とも必要不可欠で健康の見方なのである。コレステロールが必要以上に血管に付着したり、それが酸化されたり、白血球がコレステロールを食べ散らかして死骸が固着したりして、動脈硬化の原因となるのが問題である。

高脂血症・脂質異常症は、「痛い」「苦しい」などの自覚症状がなく、また「動けない」「食べられない」など、日常生活を送るうえでの問題を伴うこともない。つまり、健康診断時に血液検査をすれば異常がみられるだけで、何の不自由も感じることがないのが高脂血症・脂質異常症である。しかしこの状態が長く続くと動脈硬化がひそかに進行し、心筋梗塞や脳卒中といった命に関わる病気を引き起こす原因となるので、高脂血症・脂質異常症と診断されたら、動脈硬化に関する検査を行い、管理目標値を定め、動脈硬化予防のための脂質是正を含めた包括的な治療が重要である。脂質改善薬には、スタチン、フィブラートやプロブコール等があるが、高脂血症・脂質異常症発症には遺伝的要因に加え、肥満症、耐糖能異常などさまざまな生活環境や生活習慣にかかわっており、包括的医療の見地から捉えることが必要とされる。最近、メタボリックシンドローム、すなわち内蔵脂肪の蓄積とそれによる脂質異常・高血圧・耐糖能異常が出現することで動脈硬化病変に様々な影響を与えることが徐々に明らかにされてきた。したがって、個々の危険因子の処理による治療法も重要であるが、メタボリックシンドロームのように内蔵脂肪の減少により大きく病態の改善が見込まれる病態の存在の重要性が新たに加わった。

今回は、コレステロールと動脈硬化性疾患について、最近のトピックスもまじえ概説する。