

# 1 脂質異常症とLDLコレステロール

脂質異常症では血中脂質が異常値を示しますが、その脂質の一つにコレステロールがあります。特にLDLコレステロール（LDL-C）は心筋梗塞をはじめとする動脈硬化性疾患との関係で有名です。健診でLDL-C値が高く、医療機関に受診を勧められる人は珍しくありません。

高LDL-C血症は、無症状であるのが普通ですので“検査”は大切です。多くの健診では保健指導判定（要経過観察）レベルを120～139 mg/dL、さらに受診勧奨（再検査や精密検査）レベルを140 mg/dL以上としています。医療現場での診察では140 mg/dL以上を高LDL-C血症とします（日本動脈硬化学会；診断基準）。この学会基準では、最近、120～139 mg/dLを境界域高LDL-C血症と定め、このレベルでも、動脈硬化の危険因子（例；喫煙、肥満、糖尿病）や動脈硬化の有無を検討して治療の必要性を判断するようになりました。

## 検査のはなし vol.12

専門医が教える 職場や市町村による健康診断での  
検査結果をみたとき 異常値の意味と改善法…3

# 「LDLコレステロール」

## 2 高LDL-C血症の対処

診療では、動脈硬化の存在を“検査”で判定します。例えば、心電図検査、血管や心臓の超音波検査、脈波伝播速度、足関節上腕血圧比、心臓足首血管指数（CAVI）、X線画像検査、MRI検査が実施されます。

必要時には生活習慣の改善やお薬（内服や注射）の使用で治療されます。生活習慣では、運動（身体活動）と食事のバランスをとって総エネルギー（カロリー）量を適正化することが先決です。また、動物性脂（牛脂、バター）、肉の脂身、乳類、卵類、トランス脂肪酸が含まれやすいマーガリン、パン（クロワッサン、菓子パン）、ケーキやドーナツのような洋菓子、食用調合油、揚げ物などの過剰摂取を避けることが勧められます。オリーブ油、大豆製品、野菜の摂取を増やすことも有用とされています。

治療に際しても“検査”値を見ながら病状を管理していきます。心臓病にならないための予防と（発症後の）再発予防では、管理において目標とするLDL-Cレベルが異なります（個人ごとに異なりますので、担当医にご相談ください）。再発予防では、より低いLDL-C値を目標にします。治療は継続する必要があります。



日本臨床検査専門医会  
小谷和彦

## 3 家族性高コレステロール血症（FH）

遺伝的な異常で、血中LDL-Cが高値になるFHは、健診で、しばしば発見されます。無症状でも、手の甲、肘、アキレス腱のようなところに黄色腫、あるいは目に角膜輪と呼ばれる所見を呈する場合があります（図）。180 mg/dL以上のLDL-C値、厚いアキレス腱、高LDL-C血症や心筋梗塞の家族歴の存在を目安にして診断されます。若年時から動脈硬化が進む可能性があり、お薬で早期に治療すべき状態です。

図 FHで見られる症候（所見）

