

1 脂質異常症とはどんな病気ですか？

脂質は、炭水化物やタンパク質と同じように3大栄養素の一つであり、細胞膜やホルモン、脂溶性ビタミンを構成する大切な役割を担います。主な脂質は、血液中ではコレステロールや中性脂肪として存在します。しかし、水に溶けにくいため、親水性のアポ蛋白やリン脂質、遊離コレステロールを外側に、疎水性のコレステリルエステルや中性脂肪を内側（中心）に配置し、リポ蛋白と呼ばれる小粒子（図）を形成することによって血中を移動し、全身を循環します。血液中のリポ蛋白の増減により、コレステロールや中性脂肪の血中濃度が健常人よりも高く、もしくは低くなります。このような状態を脂質異常症と呼び、将来的な動脈硬化の原因となるため注意が必要です。

検査のはなし vol.13

専門医が解説する 病気の検査…21

「脂質異常症」

日本臨床検査専門医会
平山 哲



2 脂質異常症はどのように診断しますか？

特定健診や会社検診では、血液中の総コレステロール（TC）、悪玉コレステロール（LDL-C）、中性脂肪（TG）、善玉コレステロール（HDL-C）を調べます。日本動脈硬化学会が5年毎に作成している動脈硬化性疾患予防ガイドラインでは、診断基準値（臨床判断値）が定められています（表）。2022年版では、新たに随時（非空腹時）の中性脂肪の基準値が設定されました。ただし、各病院で決められている健常人の検査値の範囲である、基準範囲とは異なる場合があるのでご注意ください。

3 脂質異常症の場合に注意することは何ですか？

LDL-CとTGは動脈硬化促進作用、HDL-Cは抗動脈硬化作用を反映すると考えられており、個人のリスクに合わせた脂質管理が大切です。狭心症・心筋梗塞・脳梗塞・糖尿病・慢性腎臓病・末梢動脈疾患・高血圧などをもつ患者、喫煙者、高齢者、男性などでは動脈硬化のリスクが高く、LDL-CとTGを低く、HDL-Cを適度に高く保つことが動脈硬化性疾患（脳心血管病）の発症抑制や再発予防につながります。血清脂質値を適正に保つため、食物繊維の多い野菜や海藻類を十分に摂り、飽和脂肪酸の多い肉の脂身やトランス脂肪酸の多い食品類（菓子パンやドーナツ）を控えましょう。1日30分の有酸素運動を週3～4回行うことも有効です。食事や運動で改善しない場合は、内科で脂質改善薬についてご相談ください。

図 リポ蛋白の構造

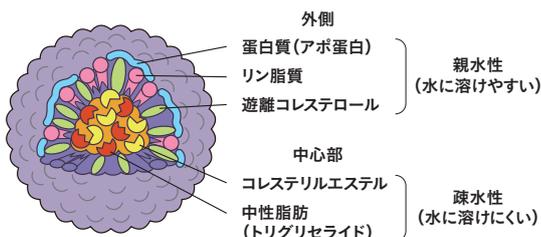


表 脂質異常症の診断基準

（動脈硬化性疾患予防ガイドライン2022年版 日本動脈硬化学会編より引用）

LDLコレステロール	140mg/dL以上	高LDLコレステロール血症
	120～139mg/dL	境界域高LDLコレステロール血症
HDLコレステロール	40mg/dL未満	低HDLコレステロール血症
トリグリセライド	150mg/dL以上 （空腹時採血）	高トリグリセライド血症
	175mg/dL以上* （随時採血）	
Non-HDLコレステロール	170mg/dL以上	高non-HDLコレステロール血症
	150～169mg/dL	境界域高non-HDLコレステロール血症

* 随時（非空腹時）のトリグリセライド（中性脂肪）の基準値がはじめて設定された。