

!!
疑問を
解決!

健診結果のミカタ

コレステロール

「健診を受けたけど、結果をどう見ていいのかわからない…」「異常値が出た項目があったけど、どんな病気の疑いがあるの?」といった疑問がある方も多いはず。健診に詳しい正義の味方が、健診結果の見方をご紹介します!

??



脂質異常と
言われたけれど、
どの数字で判断
するの?

中性脂肪、
HDLコレステロール、
LDLコレステロール
の値をチェックだ!



脂質異常に関する検査のミカタ

すぐに医療機関を
受診しましょう!

脂質異常とは?

脂質異常とは、血液中の脂質のバランスが崩れ、LDL(悪玉)コレステロールや中性脂肪が多すぎるか、HDL(善玉)コレステロールが不足している状態です。コレステロールや中性脂肪は本来、必要なものですが、脂質の濃度が高くなると血液がドロドロになり、さまざまな疾患の原因になります。

■脂質異常症の血管



血管の壁に余分な脂がたまり、こぶ(プラーク)に



プラークが破れると、血液が固まって血栓に

脂質異常だとどうなる?

放っておくと血管が詰まりやすくなり、心筋梗塞や脳梗塞のリスクが高くなります。

受診勧奨判定値と判定された人

すぐに医療機関を受診しましょう。LDLが180mg/dl以上の人は、100mg/dl未満の人に比べて心筋梗塞や狭心症のリスクが約3~4倍に、中性脂肪が300~499mg/dlの人は150mg/dl未満の人に比べて約2倍になるといわれています。

保健指導判定値と判定された人

食べすぎや飲みすぎ、運動不足などの生活習慣を改善する必要があります。特定保健指導の案内を受け取った方は、必ず受けるようにしてください。

医師に糖尿病・腎臓病を指摘されている方は、保健指導判定値内であっても、動脈硬化が進行している可能性があります。医療機関の受診をおすすめします。

太ってなくても脂質異常になる?

脂質異常症は太った人になる病気と思われがちですが、次のような場合には、外見が太ってなくても脂質異常症になることがあります。いずれにしても脂質バランスを改善するための対策が必要です。



隠れ肥満

筋肉量が少なく、脂肪が多い状態で、ダイエットをくり返した女性に多く見られます。正しい食生活と運動習慣が必要です。

閉経後の女性

脂質バランスを整える女性ホルモンが減るため、脂質異常を発症しやすくなります。これまでの生活習慣の見直しを。

遺伝によるもの

遺伝による「家族性高コレステロール血症」の場合も。若くても心筋梗塞などのリスクがあるので、早期治療が重要です。

年に1回は健康診断を受けましょう。要再検査・要精密検査・要治療と判定された場合はすぐに医療機関を受診してください。