

## 17. 脂質異常症はどうして起こるのでしょうか？

脂質異常症には、生まれつきの体質によるものと、腎臓病や肝臓病、内分泌臓器の病気、薬剤などで起こる二次性の脂質異常症があります。腎臓病や肝臓病は血液検査や尿検査で判るのですが、内分泌臓器の病気は健康診断で見逃されることがあります。特に甲状腺機能低下症は比較的多い病気で、脂質異常症を合併してきます。甲状腺機能の検査を受けることが必要です。食事などの生活習慣は、これらの原因による病気の症状を増強したり、抑制したりします。そのため、脂質異常症の遺伝素因を持っていても、食事に注意することで発病しないこともあります。

LDL コレステロールは肝臓でつくられたアポ B100 と呼ばれるアポ蛋白にコレステロールが結合したものです。血液中の LDL コレステロールが増えると、血管の中に入り込んで動脈硬化を引き起こします。血管にたまったコレステロールは、HDL に引き抜かれて、肝臓に運ばれて処理されます。HDL のアポ蛋白はアポ A1 と呼ばれるアポ蛋白で肝臓と小腸で作られているものです。

食事の影響や遺伝体質でアポ B100 の産生が増加したり、LDL コレステロールを処理する機構（LDL 受容体）の働きが低下すると高 LDL コレステロール血症となります。

食事から摂られる脂肪の量が過剰な時、肝臓で脂肪の合成が亢進している時に高トリグリセライド血症が起ります。リポ蛋白では VLDL が増加してきます。炭水化物をたくさん食べた場合や、メタボリックシンドロームなどで起こりやすくなります。このリポ蛋白はリポ蛋白リパーゼで分解されていますので、リポ蛋白リパーゼの働きが低下した時も高トリグリセライド血症がおこります。飲酒は脂肪の合成を増やして、高トリグリセライド血症の原因となります。高トリグリセライド血症のもう一つのタイプは、リポ蛋白のなかでもカイロミクロンが増加してくる場合です。カイロミクロンは脂肪の多い食事をした後に、血液中に増えてくるリポ蛋白です。

どんな生活習慣の人が、脂質異常症になりやすいのでしょうか。

- ① 家族に脂質異常症の人がいる。
- ② 家族に動脈硬化のひとがいる。
- ③ 脂肪分の多い食事をしている。
- ④ 糖質や甘いものを多く摂取している。清涼飲料水をよく飲んでいる。
- ⑤ お酒をよく飲む。
- ⑥ 肥満傾向である。
- ⑦ メタボリックシンドロームがある。内臓脂肪が多い。
- ⑧ 糖尿病がある。
- ⑨ 運動量が少ない。
- ⑩ 閉経している。
- ⑪ 腎臓が悪い。肝臓病がある。甲状腺機能低下症がある。
- ⑫ 高尿酸血症がある。

これらの項目にあてはまる数が多いほど要注意です。なんの自覚症状が無くても血液検査を受けることをお勧めします。