メタボリックシンドロームとLDL-コレステロール

日本臨床検査専門医会
清島　満

血液中のコレステロール、中性脂肪、リン脂質などの脂質は、いわゆる脂であり、そのままでは溶けないのでリポ蛋白という極小の球状粒子を形成して全身に運ばれています。**LDLやHDLは、そのリポ蛋白の１つ**です。ですからLDL-コレステロールというのは、LDLというリポ蛋白に含まれているコレステロール量を示しています。**このLDL-コレステロールこそがあの有名な「悪玉コレステロール」**なのです。これが多過ぎるとどういうことになるのでしょうか？余分なコレステロールが全身の動脈にまき散らされて、動脈壁にプラークという盛り上がり（粥腫）が形成されます。こうなると、この粥腫が破裂しないかとヒヤヒヤしてしまいます。破れると一瞬のうちに血栓が生じて、その動脈は閉塞して心筋梗塞や脳血栓など、大変なことになってしまうからです。

動脈内のイメージ

さて、今年４月に出された「動脈硬化性疾患予防ガイドライン」では**LDL-コレステロールの管理目標値は高血圧などの危険因子が全くない時で160 mg/dl、危険因子が増えるに従って140, 120 mg/dlと低値になり、以前に心筋梗塞などを起こしたことのある人はさらに100mg/dlという低い数字に設定**してあります。ところがメタボリックシンドロームの診断基準には中性脂肪とHDL-コレステロールの項目はありますが、このLDLコレステロールの項目は含まれていません。どうして？と思うかも知れませんが、動脈硬化の危険因子としては、このLDL-コレステロールはチャンピオン的な存在であり、内臓肥満を契機に発症するメタボリックシンドロームの他の項目とは独立して別格の扱いにしてあるのです。しかし、**このLDL-コレステロールは体質的（遺伝的）に高い人の他に、乱れた食生活から高くなっている人もいる**ので、確かに診断には無関係ですが、メタボリックシンドロームの治療を行っていくうえでは合わせて考えていくべきでしょう。**LDL-コレステロールもメタボリックシンドロームも動脈硬化を促進して様々な疾患を引き起こすという点では同じ**なのですから。そしてLDL-コレステロールは総コレステロールからHDL-コレステロールと中性脂肪の5分の１の値を引いて計算していましたが、現在では**自動分析装置で正確に直接測定できるようになっていますので、一度測定して自分の値を知っておきましょう。**