

**ご存知ですか？**

# あなたのLDLコレステロール 管理目標値

〔監修〕 帝京大学 臨床研究センター センター長 / 寺本内科歯科クリニック 院長 寺本 民生 先生

# 「コレステロールが高い」：何が悪い？

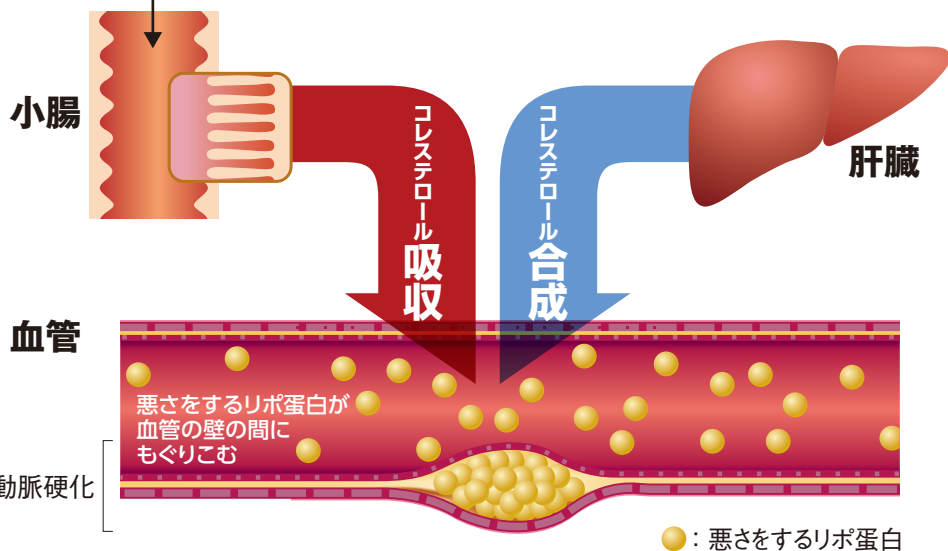
〔監修〕 帝京大学 臨床研究センター センター長 / 寺本内科歯科クリニック 院長 寺本 民生 先生

## 脂質異常症とは？



食生活の欧米化  
コレステロールなどを  
多く含む食べものは、  
「悪さをするリポ蛋白」  
が増える原因になります。

血液中のLDLコレステロール  
や中性脂肪などが過剰に増  
えたり、よいはたらきをする  
HDLコレステロールの量が  
減りすぎた状態のことです。



## 放置しておくと…？

血液中のコレステロールが増えすぎた状態  
が続くと、動脈硬化の原因になります。放置  
しておくと、脳梗塞や心筋梗塞などを引き  
起こすおそれもあるのです。

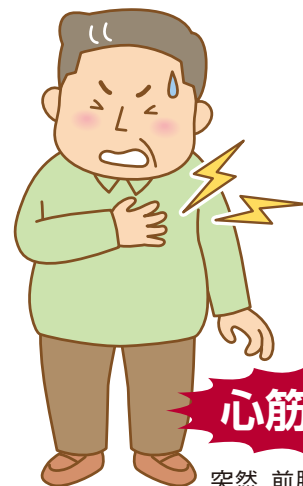
### 脳梗塞

急に半身の手足に  
力が入らなくなる  
などの運動麻痺が  
最も多くみられる  
症状です。



### 心筋梗塞

突然、前胸部に30分  
以上続く強い痛みや  
締めつけ感、圧迫感  
が起こります。冷や汗  
や吐き気を伴います。



あなたのリスク<sup>※1</sup>は？  
 予防するために、知っておこう！

※1 予測される10年間の動脈硬化性疾患発症リスク

# あなたのLDLコレステロール管理目標値

START

1 **冠動脈疾患** (心筋梗塞や狭心症などを含む心疾患) または **アテローム血栓性脳梗塞** を患ったことはありますか？

ない ▼

2 以下の**持病**はありますか？



**糖尿病**

インスリンの分泌量が減ったり、インスリンがうまくはたらかなくなり、高血糖が続きます。



**慢性腎臓病**

たんぱく尿や腎機能の低下によって診断されます。



**末梢動脈疾患**

動脈硬化によって血液の流れが悪くなり、足にさまざまな症状を引き起こします。

ない ▼

3 ①～⑥のポイントをカウントしてみましょう。

| ①性別                  | ポイント | ④血清 LDL-C    | ポイント | 年齢      | ポイントの合計    | 分類   |          |      |
|----------------------|------|--------------|------|---------|------------|------|----------|------|
| 女性                   | 0    | <120mg/dL    | 0    | 40～49歳  | 0～12ポイント   | 低リスク |          |      |
| 男性                   | 7    | 120～139mg/dL | 1    |         | 13ポイント以上   | 中リスク |          |      |
| ②収縮期血圧               | ポイント | 140～159mg/dL | 2    | 50～59歳  | 0～7ポイント    | 低リスク |          |      |
|                      |      | 160mg/dL～    | 3    |         | 8～18ポイント   | 中リスク |          |      |
|                      |      | ⑤血清 HDL-C    | ポイント |         | 60mg/dL～   | 0    | 19ポイント以上 | 高リスク |
|                      |      |              |      |         | 40～59mg/dL | 1    | 0～1ポイント  | 低リスク |
| 160mmHg～             | 4    | <40mg/dL     | 2    | 60～69歳  | 2～12ポイント   | 中リスク |          |      |
| ③糖代謝異常<br>(糖尿病は含まない) | ポイント | ⑥喫煙          | ポイント | 70～79歳  | 13ポイント以上   | 高リスク |          |      |
|                      |      |              |      |         | なし         | 0    | 0～7ポイント  | 中リスク |
| なし                   | 0    | あり           | 2    | 8ポイント以上 | 高リスク       |      |          |      |
| あり                   | 1    |              |      |         |            |      |          |      |

注1：過去喫煙者は⑥喫煙はなしとする。

ある

**LDLコレステロール値**  
**100mg/dL 未満**  
 (100mg/dL 未満が困難な場合、治療開始前の値を50%以上下げることが目標となります)

急性冠症候群<sup>※2</sup>、家族性高コレステロール血症<sup>※3</sup>、糖尿病、冠動脈疾患とアテローム血栓性脳梗塞(明らかなアテロームを伴うその他の脳梗塞を含む)の4病態のいずれかを合併している方は、**70mg/dL 未満**を目標とした厳格な管理を行います。

※2 冠動脈(心臓に酸素と栄養を送る血管)の壁の間に悪さをするリポ蛋白がもぐりこんでできたコブが破裂して血栓ができてしまい、血管が詰まったり血液の流れが悪くなった状態です  
 ※3 遺伝が原因でLDLコレステロールが増えすぎる病気です

ある

**LDLコレステロール値**  
**120mg/dL 未満**  
**高リスク**<sup>※1</sup>

糖尿病で、末梢動脈疾患、細小血管症(網膜症、腎症、神経障害)に合併している方、または喫煙している方は、**100mg/dL 未満**を目標とした管理を行います。

ある

**LDLコレステロール値**  
**140mg/dL 未満**  
**中リスク**<sup>※1</sup>  
 (治療開始前の値を20～30%下げることが目標にしましょう)

ある

**LDLコレステロール値**  
**160mg/dL 未満**  
**低リスク**<sup>※1</sup>  
 (治療開始前の値を20～30%下げることが目標にしましょう)

あなたのLDLコレステロール管理目標値は  mg/dL 未満

non-HDLコレステロール<sup>※4</sup>の管理目標値は、冠動脈疾患またはアテローム血栓性脳梗塞(明らかなアテロームを伴うその他の脳梗塞を含む)を患ったことがある方：130mg/dL (LDLコレステロールの管理目標値が70mg/dL 未満の方は100mg/dL) 未満、高リスクの方：150mg/dL (LDLコレステロールの管理目標値が100mg/dL 未満の方は、130mg/dL) 未満、中リスクの方：170mg/dL 未満、低リスクの方：190mg/dL 未満です。LDLコレステロール、non-HDLコレステロールに加えて、HDLコレステロール 40mg/dL 以上、トリグリセライド 150mg/dL 未満(空腹時)、175mg/dL (随時)も目指しましょう。

※4 non-HDLコレステロール値は総コレステロール(TC)値から、HDLコレステロール値を除いたものです(non-HDLコレステロール値=TC値-HDLコレステロール値) 日本動脈硬化学会 編：動脈硬化性疾患予防ガイドライン 2022年版、より作成

