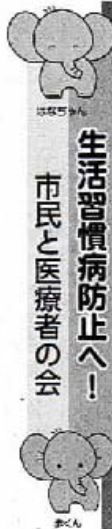


小象の「元気」を「行」った

生活習慣病防止へ！

市民と医療者の会



クイズ1…「コレステロール」は、貯蔵エネルギーとなるものの色は何色でしょうか？」との役割などがあります。

サラ油のようにほんのり 脂肪は水に溶けません。例黄色い色を想像される方もしえ、ドレッシングでは酢など水

コレステロールや中性脂肪はしばしば悪者とされますが、身体にとって大切な役割をしています。コレステロールは私たちの身体の約37兆個の細胞すべての外側を囲む細胞膜の重要成分です。さらにホルモンや胆汁(消化酵素の腸への運び手の原料)になります。中性脂肪はエネルギー源として皮下脂肪、内臓脂肪として身体を支え、体温を保

コレステロールは高くてもいい？

栄養状態や健康の指標

テロールを運びます。

このLDL粒子が増えすぎると血管壁の細胞内にたまって動脈硬化の原因になります。

私には、この脂質異常症を代

表とする生活習慣病の診療を

してはいますが、時にコレステ

ロールが下がらないほうがい

いのでしょうか？という質問を受

けます。確かに雑誌などで、

「コレステロール値が低い人

態が悪くなったための結果が

下がる場合があります。原因

と結果を混同しています。

「コレステロール値を下

げるとがんなどの病気になるの

で薬で下げないほうがいい」

という意見も、たまたま治療

中の人ががんになり、栄養状

態が悪くなったための結果が

下がる場合があります。原因

と結果を混同しています。

「コレステロール値を下

げるとがんなどの病気になるの

で薬で下げないほうがいい」

という意見も、たまたま治療

中の人ががんになり、栄養状

態が悪くなったための結果が

下がる場合があります。原因

と結果を混同しています。

「コレステロール値を下

げるとがんなどの病気になるの

で薬で下げないほうがいい」

という意見も、たまたま治療

中の人ががんになり、栄養状

態が悪くなったための結果が

下がる場合があります。原因

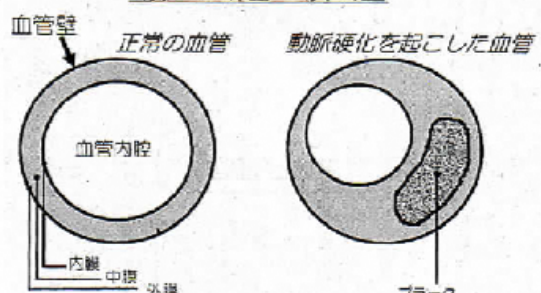
と結果を混同しています。

「コレステロール値を下

栄養状態や健康の指標

動脈硬化はコレステロールがたまってできる

動脈の断面の模式図



コレステロールを取り込んだ細胞の集まり



小象の会理事・松戸市立総合医療センター 田代 達

検査者は、その両方に気を付けて診察をしていますが、コレステロール値はその人の身体の状態に合った理想値があり、その人それぞれを考えたうえで、必要があります。皆さんのコレステロールはいくつでしょうか？ 本当にふさわしい値に相当しているでしょうか？ ぜひ健診を受けてください。