

# ✓ コレステロールが高いとなぜ悪い？

ところで、お医者さんに行くのはいいけど、そもそもコレステロールって何がそんなに悪いんだ？  
みんなコレステロール、コレステロールって騒いでるけど...

それなら、私にまかせて。この間、友達から聞かれて、インターネットでちょっと調べたから。



## ● コレステロールと動脈硬化

動脈硬化は、血管の壁が厚くなって硬くなることを言いますが、これは血管壁の中にコレステロールがたまることで起こります。血液の中に、悪玉コレステロール（LDLコレステロール）が増えると、それが血管壁に入り込んで、コブのような動脈硬化ができます。なお、善玉コレステロール（HDLコレステロール）は逆に動脈硬化を防ぐ働きがあります。動脈硬化が進むと、心臓病\*や脳卒中、足などの血管がつまる病気（閉塞性動脈硬化症）になってしまいます。ですから、早いうちから、LDLコレステロールを低下させることが大切です。

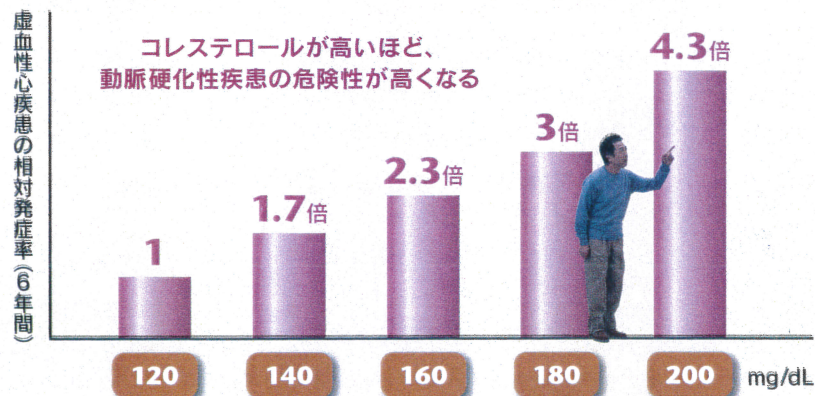
4 \*ここで言う「心臓病」は動脈硬化によって起こる心筋梗塞、狭心症を言います。



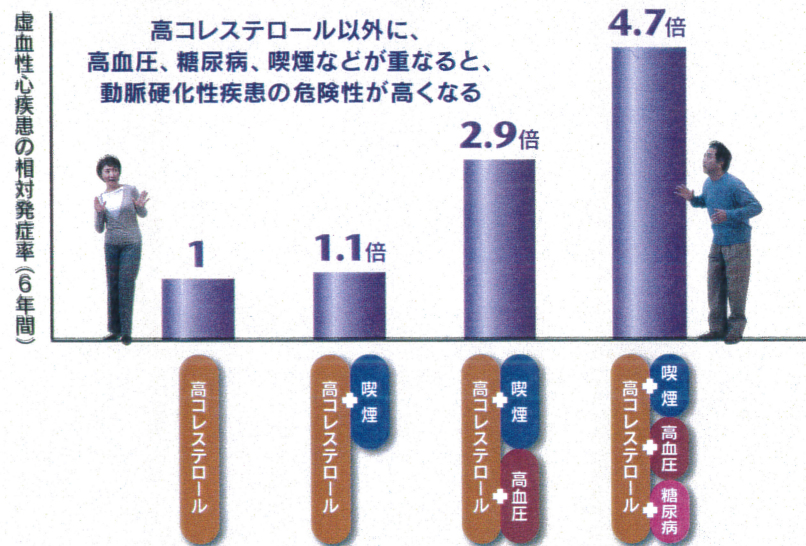
さすが和子さん、よく勉強していますね。では、同じことを、データで説明しましょう。



悪玉コレステロール（LDLコレステロール）と心臓病の危険性  
(55～59歳、男性、HDLコレステロール値50、喫煙・高血圧・糖尿病のない人)



悪玉コレステロール（LDLコレステロール）と心臓病の危険性  
(55～59歳、男性、LDLコレステロール値160、HDLコレステロール値50の人)



(馬淵 宏：The Lipid 2007；18：167-176 J-LITチャートより作図)