



# 2019 2

## 大阪自動車整備健康保険組合 保健師からのお手紙

第56号

平素より健康保険組合の保健事業にご理解とご協力を賜り厚くお礼を申し上げます。  
生活習慣病の1つである脂質異常症。中性脂肪やコレステロールが高くなる病気で、内服している人が身近にいるなど、よく耳にする病気です。その中でも、今回は遺伝が原因で、LDL(悪玉)コレステロールが高くなり、若年でも動脈硬化を引き起こす『**家族性高コレステロール血症**(以下:**FH**と略。Familial Hypercholesterolemia)』について、お知らせします。

現在、日本では約30万人のFH患者がいると推定されていますが、診断が確定している人は少なく、多くの人は「自分が動脈硬化を起こすリスクが高く、生命にかかわる状態にある」ことを知らないままです。

### コレステロールの役割

- ① 細胞膜の成分となる。
- ② 男性ホルモンや女性ホルモンなどの材料となる。
- ③ 消化吸収に必要な胆汁成分(胆汁酸)の材料となる。

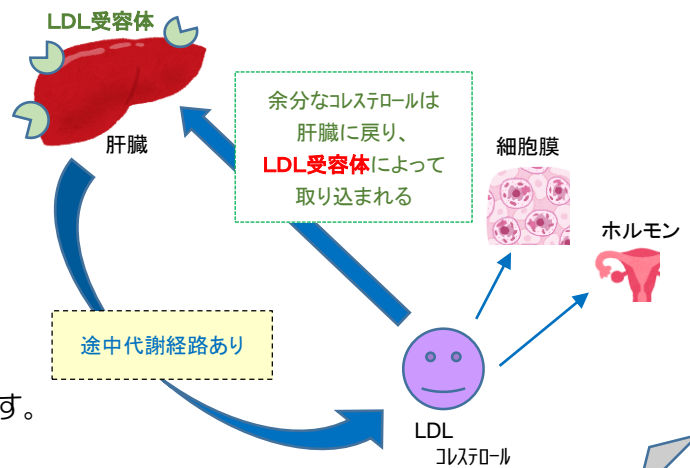
の主に3つです。



### LDLコレステロールは?

LDLコレステロールは、肝臓で作られたコレステロールを全身の細胞に運び、細胞膜やホルモンなどを作る材料となります。LDLコレステロールは肝臓の表面にある『LDL受容体』というタンパク質によって取り込まれるため、健康な人は血液中のLDLコレステロールの量が一定に保たれています。

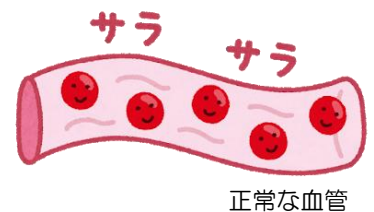
しかしLDLコレステロールは増えすぎると動脈硬化の要因となるため、『悪玉コレステロール』とも言われています。



### FHでは!

『LDL受容体』や、それに関わるタンパクに遺伝的な異常や欠損があり、LDLコレステロールが肝臓に取り込まれず、血液中のLDLコレステロールが増え、動脈の壁に蓄積していきます。

そのため早くから動脈硬化が進み血管が狭くなったり、詰まったりします。



正常な血管



コレステロールなどが血管内壁に付着し血管が狭くなっていく

## FHの症状は？

- 若い頃からLDLコレステロールが高いこと以外、特に症状が無いこともある。
- 角膜輪（画像①）や腱黄色腫（皮膚、手の甲、膝、肘、まぶたなどに黄色いしこり：画像②）は30歳までに半分以上の人に見られる。
- アキレス腱の肥厚（画像③）

※冠動脈疾患（心筋梗塞、脳梗塞など）を20～30代から起こす。  
重症の場合には幼児期に冠動脈疾患を起こすこともある。



画像①



画像②



画像③

## FH診断基準（15歳以上）



### ①高LDLコレステロール血症（未治療時のLDLコレステロールが180 mg/dl以上）

- 内服治療中の場合、治療のきっかけになった脂質値を参考に

### ②腱黄色腫（手背、肘、膝などの腱黄色腫、あるいはアキレス腱肥厚）、あるいは皮膚結節性黄色腫

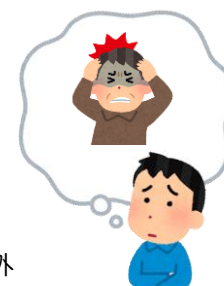
- アキレス腱肥厚はX線撮影で診断

### ③FHあるいは早発性冠動脈疾患の家族歴（2親等以内）

- 早発性冠動脈疾患（狭心症、心筋梗塞、脳梗塞など）は男性55歳未満、女性65歳未満と定義

### ①～③のうち、2項目が当てはまる場合、FHと診断

ただし続発性脂質異常症（糖尿病、甲状腺機能低下症、ネフローゼ症候群など）は除外



動脈硬化性疾患予防ガイドライン 2017年版より部分抜粋



若い頃からコレステロールが高いと言われていた！

血縁関係者で若いのに心筋梗塞になった者がいる。

薬を飲んでいるのにコレステロールが思うように下がらない。

このような人はFHかもしれません。

一度、循環器の専門医に相談しましょう！

※FHの場合、動脈硬化病変の進展が早いため、早めに専門医を受診して診断・治療していくことが大切です。

遺伝が原因ですので、血縁関係のある家族も年齢に関わらずチェックした方が安心です。

