



# くすりと健康

一般社団法人  
神戸市薬剤師会

## コレステロール

コレステロールは体にとって必要な脂質のひとつです。人の体は細胞で構成されていますが、コレステロールは細胞膜の構成成分のひとつで、細胞内部を守り、細胞にとって必要な物質やエネルギーの受け渡しをおこなっています。また、小腸での脂肪の吸収を助ける胆汁酸の原料となったり、男性ホルモンや女性ホルモンなどの原料となったりします。

コレステロール自体は血液にはほとんど溶けないため、そのままでは血液中を移動することはできません。そこで、「アポ蛋白」というタンパク質と結びつき「リポ蛋白」となることで血液に溶け、血液を通して全身に運ばれます。このアポ蛋白にはLDLやHDLなどの種類があり、LDLは、主に肝臓から全身の組織や細胞にコレステロールを運び供給する働きがあります。しかし、LDLと結

びついたコレステロールが増えすぎると、細胞などに取り込まれきれずに血液中にあふれ、血管などに沈着してしまいます。HDLは、LDLとは逆に細胞などから肝臓にコレステロールを運び働きがあり、血管に付着したコレステロールも取り込んで肝臓に戻す働きもあります。

血液中のコレステロールや中性脂肪などが増加したり、HDLコレステロールが低下した状態を脂質異常症といい、食生活や運動不足などの生活習慣や肝機能低下、ストレスのほか遺伝によっても起こると考えられています。そのため、食生活などの生活習慣を見直すことが第一となりますが、コレステロールは主に肝臓で作られており、食事からとるコレステロールはそれほど多くはありません。また、食事でもとったコレステロールはすべて吸収されるわけではなく、吸収されなかったコレステロールはそのまま排泄されます。したがって、コレステロールだけを制限するのではなく、

食生活全体を見直す必要があります。生活習慣の見直しなどでも改善しない場合には薬で治療しますが遺伝性の脂質異常症の場合には早くから薬物療法をおこなうこともあります。

脂質異常症の治療薬は、「HMG-CoA還元酵素阻害薬」という肝臓でコレステロールが作られるのを抑える薬がよく使われています。ほかに、小腸でコレステロールが吸収されるのを防ぐ「小腸コレステロールトラップ」や「スリニド」や「エズミタム」や「プロブコール」などがあり、最近では「PCSK9阻害薬」というLDLコレステロールの肝臓への取り込みを促進する注射薬も登場しています。

コレステロールは体にとって必要ですが、多くなりすぎると心筋梗塞などの原因になることもあるので、生活習慣の見直しで適度なコレステロール値を保つようにしましょう。

(北区) 薬局エビノファーマシー

松本博志