



脂質異常症について

森近内科 看護師

井上真由美・森分典子・坪井裕恵
渡辺直美・稲垣貴美栄・出岡浩美



【はじめに】

最近、食べ過ぎ・飲みすぎ・運動不足ということはありませんか？
これらは総コレステロール、HDLおよびLDLコレステロール、
中性脂肪と深く関係しています。

1) コレステロールについて

コレステロールにはHDLコレステロール・LDLコレステロールなどがあります。これらのコレステロールと中性脂肪の 1/5 を合計した総量を「総コレステロール」といいます。

総コレステロール	血液中のコレステロールの総量。HDLコレステロールとLDLコレステロール、中性脂肪の1/5を合計した値。
HDL コレステロール	血管内壁にへばりついて動脈硬化を引き起こすコレステロールを引き抜いて肝臓まで運ぶ働きをします。このことから「善玉コレステロール」と呼ばれています。
LDL コレステロール	細胞内に取り込まれなかった余剰なコレステロールを血管内に放置し、動脈硬化を引き起こす原因となる為「悪玉コレステロール」と呼ばれています。
中性脂肪 (トリグリセライド)	生命の維持や日常の活動に用いられるエネルギー源。過剰に摂取した糖分や炭水化物は脂肪になって蓄積されます。また肝臓でも生成されています。

2) 脂質異常症の診断基準 (日本動脈硬化学会/2014)

総コレステロール	≥ 220mg/dl
HDL コレステロール	< 40mg/dl
LDL コレステロール	≥ 140mg/dl
中性脂肪(トリグリセライド)	≥ 150mg/dl

※空腹時採血

3) 脂質異常(高脂血症)はなぜいけないの？

全身の動脈に脂質が付着して動脈硬化を起こします。それが進み狭心症、心筋梗塞、脳梗塞など様々な合併症が起こりやすくなります。



次回は食事・運動療法についてお話しします。

	曜日	月	火	水	木	金	土
時間	午前 9:00~12:30	○	○	○	○	○	○
	午後 3:00~6:30	○	○	○	/	○	/

休診日: 日曜、祝日、木曜午後、土曜午後



生活習慣病予防管理センター

安佐南区東原1丁目 東原クリニックビル3F
TEL (082)850-0502 FAX (082)850-0503
E-mail yutaka@ms1.megaegg.ne.jp

お盆休みのお知らせ

	9日 (土)	10日 (日)	11日 (月)	12日 (火)	13日 (水)	14日 (木)	15日 (金)	16日 (土)	17日 (日)	18日 (月)	19日 (火)	20日 (水)
わんぱくキッズクリニック	○/休	休	○	○	○/休	休	休	休	休	○	○	○/休
わたなべ耳鼻科	○/休	休	○	○	休	休	休	休	休	休	休	休
ましの皮ふ科	○/休	休	○	休	休	休	休	休	休	○	○	休
森近内科	○/休	休	○	○	○	休	休	休	休	○	○	○
まゆみ眼科クリニック	○/休	休	休	休	休	休	休	休	休	休	○	○
かわした泌尿器科	○/休	休	○	○	休	休	休	休	休	○	○	○
高井歯科	○	休	○	○	○	休	休	休	休	○	○	○
つじ心療内科	○	休	○	休	休	休	休	○	休	○	休	○
さんくす薬局	○	休	○	○	○	休	休	○	休	○	○	○

○: 通常診療

休: 休診

ってご存知ですか???

日本最大級の順番予約サイト EPARK はリアルタイムに施設の状況を確認できる上、並ぶことなく、待たずに人気施設を利用できるサービスです。



スマートフォンで処方箋の画像を送るだけ！
薬局で待たずにお薬を受け取ることが出来るサービスです。



例えばこんな時に…

薬局が混んでいる！
待ちたくない!!!

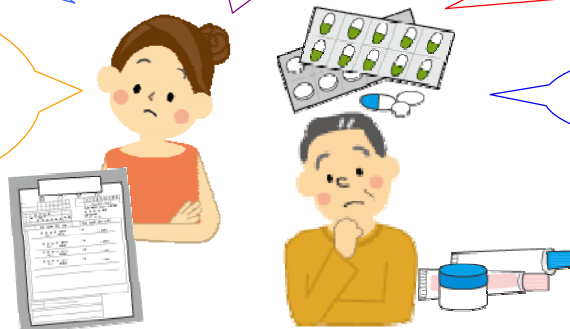
いつもと違う病院にか
かったけど、かかりつけ

感染症にかかっている！
人の多いところには連
れて行きたくない！

ご利用下さい！

予定があるから自分の都合の良い
ときに取りに行きたい！！

体調が悪いので
一度家に帰りたい！



とっても
簡単☆



★ご利用方法★

E-PARKへ無料会員登録をするだけ。

薬局に足を運ぶ手間なく、処方箋の画像を送信するだけでお薬の準備をいたします。

お薬の準備が出来ましたらお知らせしますので、スピーディーにお薬を受け取ることが出来ます。

詳しくは店内のチラシをご覧になるか、スタッフにお問い合わせ下さい。



人気商品紹介

夏の恒例人気商品

井藤漢方製薬

フルーツ黒酢シリーズ

なんといってもおいしくて飲みやすい。子どもからご年配まで多くの方に飲まれています。今年はいくまモンのイラストの入った「不知火(しらぬい)黒酢」と、健康によさそう?!な「植物酵素黒酢」が仲間入り。10種類になってますます売り場にもぎやかに！セット販売もしております。3本同じ味で購入するもよし、いろいろな味を試してみるのもよし、おいしく・すっきり・健康にこの夏を乗り切りましょう☆

黒酢売上げランキング

第1位 ブルーベリー黒酢

ダントツの一番人気！子供から大人まで、そして性別問わず売れています。目によいとされるブルーベリー、甘酸っぱい味が人気の秘密！？

第3位 植物酵素黒酢

新商品が第三位！「植物酵素」味が想像できませんが、スタッフが試飲したところ意外にも飲みやすかったです。

モンドセレクション
優秀品質賞
金賞受賞



第2位 マンゴー黒酢

特に女性に人気です。黒酢の中でも甘さがしっかりしているので飲みやすいのかも。牛乳やヨーグルトに混ぜてもOK!!!

そのほか

プルーン黒酢、グレープフルーツ黒酢、りんご酢、アセロラ黒酢
生姜はちみつ黒酢、ざくろ黒酢、不知火(しらぬい)黒酢があります。

