

脂質の値が高値でした

すぐに医療機関を受診してください

要医療値

HDL(善玉)コレステロール・・・34(mg/dl)以下
 LDL(悪玉)コレステロール・・・140(mg/dl)以上
 空腹時中性脂肪・・・・・・・・・・300(mg/dl)以上

脂質(血中脂質)とは？

中性脂肪・LDLコレステロール・HDLコレステロール等の総称です。
 血液中の脂質が多すぎると血管や内臓に蓄積され、血管の中が狭くなり、
 心筋梗塞や脳梗塞などの命にかかわる病気になりやすくなります。

HDL(善玉) コレステロール

余分なコレステロールを回収し、肝臓へ戻す働きがあります。
 基準値より低い場合は、動脈硬化の原因となります。

LDL(悪玉) コレステロール

肝臓で作られたコレステロールを全身へ運ぶ役割を担っています。
 増えすぎると血管などにコレステロールをためて、動脈硬化の原因
 となります。

中性脂肪

炭水化物・脂肪などを原料としてつくられます。
 摂取しすぎると内臓脂肪がたまり、HDLコレステロール低下の原因
 となります。

脂質異常症とたばこの関係

たばこに含まれるニコチンは血管の壁を傷つけ、動脈硬化を進めます。
 喫煙をしている方で、禁煙意志のある方は「福島市 禁煙外来」で検索！

《福島市 禁煙外来》



<問い合わせ・相談> 福島市保健所 健康づくり推進課 検診予防係
 TEL:525-7680 FAX:525-5701