



糖尿病通信

—114—

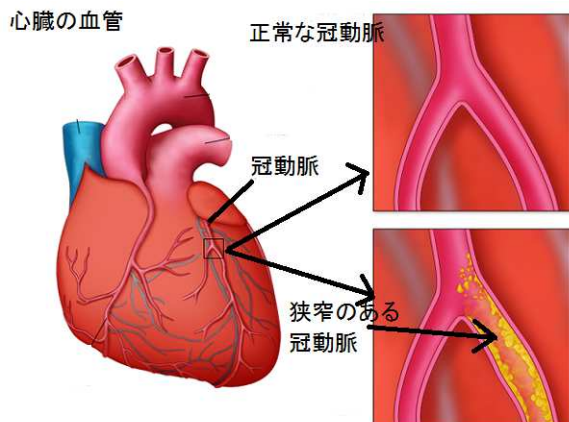
糖尿病と上手にお付き合いするために

心臓を守るためコレステロールに気を付けよう

コレステロールはどこまで下げればいいのか気になります。薬を飲まずに済ませたいと思う人も多いのですが…

1. 虚血性心疾患と糖尿病

虚血性心疾患とは、心臓を養っている血管(冠動脈)が動脈硬化症により狭窄したり詰まったりして心筋の働きが悪くなる状態で、狭心症や心筋梗塞はこの中に含まれます。心筋梗塞は発症すると命にかかわることもある病気で、糖尿病の患者さんはそうでない方の3倍の発症リスクがあり、重症化しやすいのが特徴です。さらに、胸痛などの症状が現れにくく、進行するまで気づかないこともあります。糖尿病の他に高血圧、コレステロールや中性脂肪の異常、喫煙などが危険因子となります。



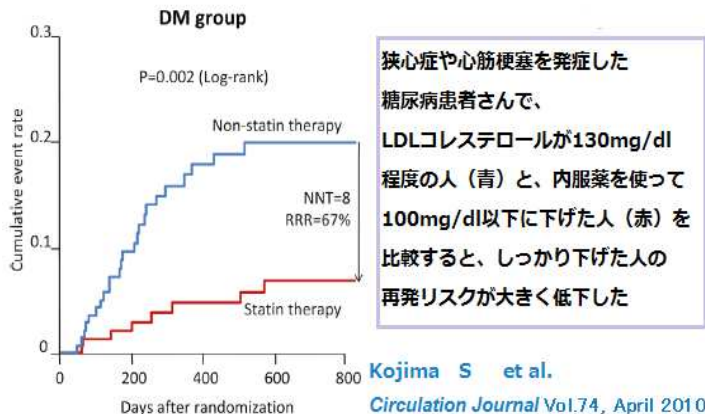
2. コレステロールと動脈硬化症

コレステロールは私たちの身体を健康に維持するためには欠かせない大切な脂質のひとつです。血液によって体の各所に運ばれ、使われています。肝臓で作られたコレステロールを体のあちこちに届ける時の形がLDLコレステロール(悪玉)、不要になったコレステロールを回収して肝臓に戻る時の形がHDLコレステロール(善玉)です。どちらも必要なのですが、LDLコレステロールが多すぎると血管壁にコレステロールがたまりやすく、動脈硬化が進むと言われています。



3. LDLコレステロールはどこまで下げる?

糖尿病の患者さんでは高血糖の影響で動脈硬化症が進みやすくなりますので、LDLコレステロールも糖尿病でない方に比べるとより低い値に管理する必要があります。虚血性心疾患がない人の目標値は120mg/dl以下、すでにある人では100mg/dl以下です。コレステロールを改善するには食事や運動療法だけでは難しく、スタチン系の内服薬をお勧めします。



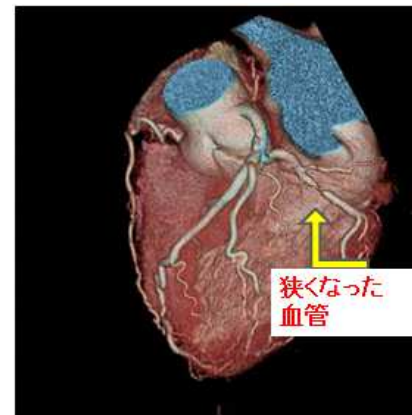
4. 虚血性心疾患の診断

①心電図、ホルター心電図、トレッドミルテスト

症状がない時には通常的心電図に異常が出ない場合もありますが、トレッドミルテストで運動しながら心電図をとると、かなりの確率で診断できます。

②冠動脈CT検査

カテーテル検査を行わず造影剤を使ったCT検査で冠動脈の状態を詳しく知ることができます。苦痛が少なく



多くの情報を得られる検査で、当院でも実施しています。ただし、腎機能障害のある方や、造影剤にアレルギーのある方は行えません。

③心臓カテーテル検査

手首や太ももからカテーテルを挿入し、直接冠動脈を造影する検査です。検査と同時に狭窄部をひろげる治療を行えるという利点があります。心臓弁膜症の診断などを同時に行うこともできます。 内科 柳澤 徳山

動脈硬化症の危険因子

… いくつ当てはまりますか?

- * 加齢
- * 男性
- * 喫煙
- * 糖尿病
- * 高血圧症
- * 高中性脂肪血症
- * 高コレステロール血症
- * 低HDL血症
- * 家族歴(家族に動脈硬化症疾患)