

高脂血症の薬について

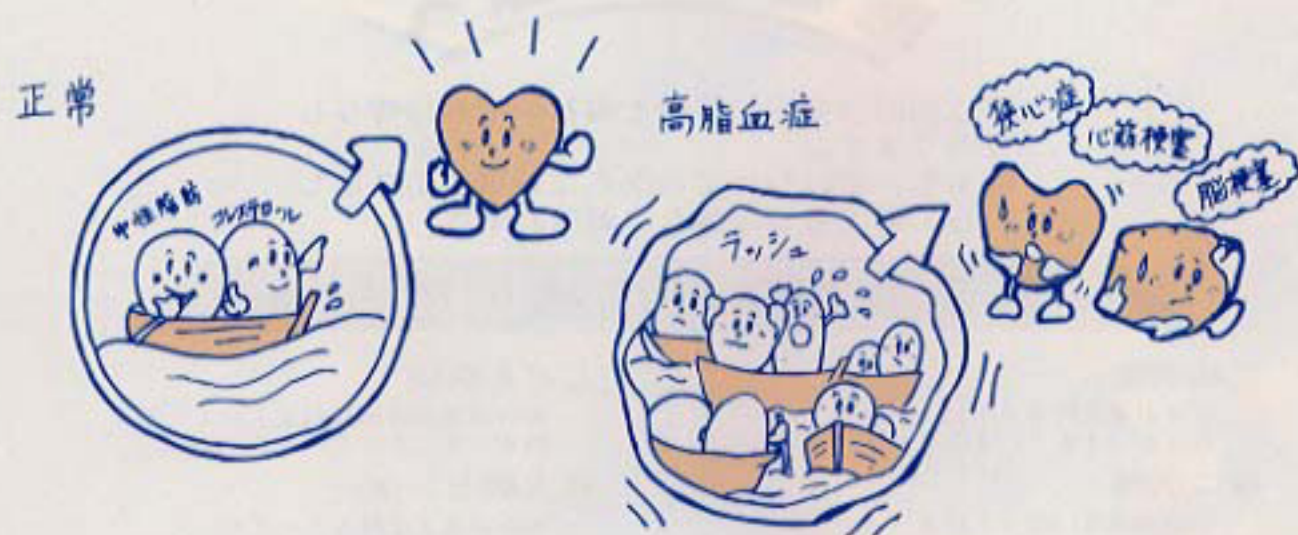
高脂血症（血液中にコレステロールや中性脂肪などの脂質が多くなる状態）が続くと、血管の壁に脂質が付着して動脈硬化の原因となり、心臓、脳、足などの血管がつまる病気（狭心症、心筋梗塞、脳梗塞、閉塞性動脈硬化症）をひきおこしやすくなります。

高脂血症の治療の基本は、食事療法と運動療法と日常生活の改善です。これで効果が不十分なとき、はじめて薬を服用することになりますが、このときも油断せず、食事療法などをおろそかにしないようにしましょう。

《薬はどのように効くの？》

効き方は薬によって異なりますが、

- ① 脂質（血液中のコレステロールや中性脂肪）がからだの中でつくられるのを抑えます。
 - ② 脂質をからだの外に出すのを助けます。
 - ③ 食事でもった脂質が吸収されるのを抑えます。
- ①～③などの作用で、血液中の脂質の値を下げます。



《注意することは？》

- ① 勝手に服用をやめると、症状がでなくても、動脈硬化が進行します。必ず医師の指示に従って、正しく服用してください。
- ② 妊娠している方（妊娠の可能性のある方）や赤ちゃんに母乳を飲ませている方に対して注意が必要な薬もありますので、その旨、医師に申し出てください。

《副作用は？》

アレルギー症状（発疹、かゆみなど）があらわれたときは、服用を中止して受診してください。また、悪心、嘔吐、下痢、便秘、食欲不振などの消化器症状や、薬によっては、脱力感や筋肉痛などの症状があらわれることがあります。

これらの症状以外にも、薬を飲み始めて変わったことがありましたら、医師または薬剤師に相談してください。

《飲み忘れたら？》

すぐに服用してください。ただし、次の服用時間が近いときは、飲み忘れた分は服用しなくても結構です。

絶対に2回分を一度に服用しないでください。

（裏面に続く）

● 日常生活のチェックポイント ●

- * 食べ過ぎに注意し、標準体重の維持を心がけましょう。
- * 脂肪分の多い食事はなるべく避けましょう。脂肪分は植物油や魚でとるようにしましょう。
- * コレステロールの多い食物は制限しましょう。
- * 糖質（穀類、砂糖など）やお酒をとりすぎないようにしましょう。
→とりすぎると中性脂肪が多くなります。
- * 食物繊維（野菜など）はバランスよくとりましょう。
→コレステロールをからだの外に出すのを促進します。
- * 禁煙を心がけましょう。
→タバコはHDLコレステロールを減らし、動脈硬化をはやめます。
- * 毎日、適度な運動をしましょう。
- * ストレスがたまらないように心がけ、十分な睡眠をとるようにしましょう。

HDLコレステロール……善玉コレステロールともいわれ、動脈硬化を抑える効果があります。