



キッズコーナー  
あります

2018年5月

# 高コレステロール血症は かのう内科クリニックで

動脈硬化は脳梗塞・心筋梗塞・狭心症の原因となります

## 脂質異常症とは

血液中のLDL(悪玉)コレステロールやTG(中性脂肪)が過剰にある状態です。その中でも動脈硬化と関連深いのはLDLコレステロールです。

血管の壁の中にコレステロールがたまり、瘤のような動脈硬化ができます。そのため、血管が細くなり、最終的に詰まってしまいます。

これが心臓で起こると狭心症や心筋梗塞になり、脳で起こると脳梗塞になり、突然死に至ることもあります。

血液中のLDLコレステロールを下げるためには、食事療法・運動療法・薬物療法をバランスよく行うことが重要です。

## 3つのアドバイス

①食事の改善: 植物性食品や海産物の多い食事に。カロリー計算して標準体重を維持しましょう。

②運動を継続する: 早足の散歩、水中歩行などの運動を毎日30分続けてください。

③禁煙: 動脈硬化やがんを引き起こされます。禁煙、受動喫煙を避けましょう。

かのう内科クリニックでは、患者様それぞれの体質に合う内服薬の選択を行っていきます。ご自身や身内の方で気になる方は、一度当院にご相談ください。

お気軽に相談してください



かのう内科クリニック  
箕面市牧落3-14-19  
072-737-6555  
AM9時から12時  
PM16時から18時半  
水曜午後・土曜午後・日祝日休診

日本医師会認定産業医 日本内視鏡学会専門医

日本内科学会認定医・日本糖尿病協会療養指導医

