



# 今どきの 養生 ばなし

No. 228

## コレステロールが高いと長生き?

循環器科主任部長 青木 健志

「コレステロールが高いまま放っておくと、心筋梗塞や脳梗塞などを起こす危険が高くなるので、薬を使ってでも下げるべき」という考えは、近年では常識的なものとなっていました。

ところが、一昨年秋、「コレステロールが高い人の方が長生きをする」という新たな説が発表されて話題になりました。今までの常識を覆すような新たな説を発表したのは、日本脂質栄養学会という、医師や栄養士などの専門家で構成される学会です。それに対して、動脈硬化の専門家の集まりである日本動脈硬化学会は、従来通り「コレステロールは下げるべきである」と反論しました。いったいどちらの言い分が正しいのでしょうか。

調べてみると、コレステロールが少し高めくらいの方が長生きの傾向があるというのは、数多くのデータで示されています。だからといって、脂質栄養学会の方が正しいと断言すること

はできないようです。不幸にしてがんや肝臓病などを患うと、次第に食欲もなくなり、その結果コレステロールも下がってしまうことがあります。このような患者さんは、コレステロールが低いせいで早く死んでしまうわけではなく、もともとの病気のために、コレステロールも低くなってしまし、寿命も縮まってしまうというのが動脈硬化学会の主張です。

いったい、どちらが正しいのでしょうか？ 残念ながら、この問いに対する正しい答えはまだありません。大事なことは、自分勝手な結論を急がないことだと思います。コレステロールを必要以上に恐れる必要はありませんが、完全に無視してしまうのはとても危険です。

われわれ医師は、決してコレステロールの値だけを見て薬を出すわけではありません。年齢、性別、体質、血圧、糖尿病や喫煙の有無など、さまざまな要素を考慮しながら、コレステロールを下げるべきかどうかを判断しています。もし健康診断などでコレステロールが高いと言われたら、ぜひ医師に相談してください。くれぐれも自分勝手に判断しないようにお願いします。

問い合わせ 江別市立病院事務局 若草町6番地 ☎ 382-5151 Eメール hos-kanri@city.ebetsu.lg.jp  
ホームページ <http://www.ebetsu-hospital.jp/>



# 北海道日本ハムファイターズ 江別市民応援デー

500組 1,000人の江別市民をご招待

北海道日本ハムファイターズでは、5月22日(火)午後6時から札幌ドームで開催される横浜DeNA戦のC指定席に、500組1,000名の江別市民をご招待します。

### ◇申込方法

#### (1) 往復はがきで申し込み

往復はがきに、観戦希望者(2人1組)の代表者の住所、氏名、年齢、性別、電話番号、ファイターズファンクラブ会員番号(会員の方のみ)、昨年の札幌ドームでの観戦回数、応援デーを何で知ったか(広報、告知ポスター、その他)、返信はがきにあて先を記入の上、(株)北海道日本ハムファイターズ「江別市民応援デー係」(☎062-8655 札幌市豊平区羊ヶ丘1)へ郵送してください。

#### (2) 球団Web(パソコン・携帯)から申し込み

ホームページ(<http://www.fighters.co.jp/kansen>)または右のQRコードで携帯電話から申し込みフォームに進み、所定事項を入力してください。

※応募多数の場合は抽選となります。

#### ◇申込期限 4月20日(金) 必着

※応募者の個人情報、(株)北海道日本ハムファイターズが適切に管理し、本件を含むチケット関連のダイレクトメール、アンケートなどによる案内以外には利用しません。

**【詳細】** 生涯学習課スポーツ振興係 ☎ 381-1061

