

エルマノ通信

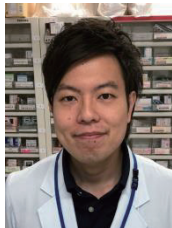
第4号

発効日：平成30年9月1日
発行元：すばる中央薬局大船店

脂質異常症と診断されたら

脂質異常症ってなんでしょ う？

ニコニコ薬局茅ヶ崎店の十文字です。
「脂質異常症」と耳にすると、市民検診や健康診断の結果が頭をよぎる方もいらっしゃるのではないのでしょうか。また脂質異常症改善のためのお薬を飲んでいる方もおられるでしょう。今回は「脂質異常症」についてお話しします。



「ドロドロの血液」なんて耳にしたことあるのではないのでしょうか？
これは血液中に余分なコレステロールや中性脂肪が溜まっている状態を指した言葉です。
昔は「高脂血症」と呼ばれていましたが、最近では「脂質異常症」と呼ばれるようになりました。
コレステロールにも善玉・悪玉があり、悪玉は多いとダメですし、善玉は少ないとダメなのです。
一概に高いのが悪い訳ではないので名前が変わったそうです。
さて、コレステロール・中性脂肪が高いとどうなるか？それは、血管が固くなり詰まりやすくなる。つまりは心筋梗塞、脳梗塞の危険が上がるということです。怖いですね。
原因は食生活、運動不足をはじめ、タバコ、過度な飲酒、遺伝、女性では閉経を機にホルモンバランスが変わることにより上がり始める方が多いようです。

参考：オムロンエポ・健康コラム・レピピ・サプリメントラボ

ではどうすればよいか？まずはじめに、食生活を見直し、運動をすることです！
ただ、食事に気をつけようにも全て完璧にというのは難しいので、例えば肉でも鶏肉を多めにする、肉より魚中心にする、野菜もしっかり！ついでにドレッシングはノンオイルにする、マヨネーズもコレステロールを低下させる「特定保健用食品(トクホ)」に替える…などなど、少し心掛けるだけで数値の抑制につながると思います！
特に魚の摂取は推奨されています。DHAという成分が多く含まれており、マグロであれば5切程度、カツオで1・2切程度と言われています。また、生の方が成分が逃げないそうです！主食、主菜、副菜をバランスよく…をキーワードに今一度、食生活を見直してみるのもいいかと思えます。
また、生活習慣の改善を行っても数値が改善しない場合はお薬を服用することも治療上必要となってきます。



脂質異常症のお薬にはさまざまな種類があり、医師が症状に合わせて処方します。
種類によって服用方法や注意点が異なります。
お薬をお渡しする時に薬剤師が説明しますので、わからない点があればなんでも聞いてください。

脂質異常症の診断基準(空腹時採血による数値)

(日本動脈硬化学会「動脈硬化性疾患予防ガイドライン」2012年版より)

	コレステロール	数値
高LDLコレステロール血症	LDLコレステロール値	140mg/dl以上
境界域高LDLコレステロール血症	LDLコレステロール値	120~139mg/dl以上
低HDLコレステロール血症	HDLコレステロール値	40mg/dl未満
高トリグリセライド(中性脂肪)血症	トリグリセライド値	150mg/dl以上

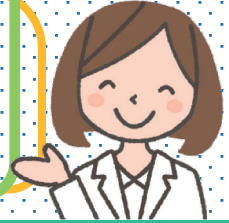
主な作用	分類	主な薬の商品名
LDL-C低下	HMG-CoA還元酵素阻害薬(スタチン)	【一般名】ヒタバスタチン、【一般名】ロスバスタチン等
	陰イオン交換樹脂	【一般名】コレステミド
	小腸コレステロールトランスポーター阻害薬	ゼチーア™
	プロブコール	【一般名】アプロブコール
中性脂肪値低下	PCSK9阻害薬	レバサーム、プサルセント™
	フィブラート系	【般】ベザフィブラート、等
	ニコチン酸誘導体	【般】イコサペント酸エチル
	EPA製剤	【般】トコフェロールニコチン酸

FAXで

どこの処方せんでも構いません

処方せん受付いたします

(株)エルマノでは、お待ち時間を減らすために
FAXで処方せんの受付をしております。
詳しくはお近くのエルマノの薬局にお問い合わせください。



★お手続きは簡単です★

① 病院などで処方せんを
もらったら…



② 下記の処方せん受付に
FAXをお送りください。



FAXは
ご自宅・病院・コンビニ等から！

③ 処方せん原本ご持参
下さい。



FAXでの申込みに当たり、ご注意点が 있습니다。



- ・処方せんの有効期限は、発行日・土・日・祝日を含めて4日間です。
- ・お薬を受け取る際には必ず処方せん原本をお持ちください。
- ・初めてFAXで処方箋を送る時は、必ず送る前にお電話をください。

あなたの近くのかかりつけ薬局



<すみれ中央薬局 鎌倉店>

住所：鎌倉市笛田2-1-40
電話：0467-32-6080
FAX：0467-32-6082

<すばる中央薬局 大船店>

☆在宅専門部門併設
訪問エリア：鎌倉市全域、
藤沢市一部
横浜市栄区、戸塚区一部
住所：鎌倉市大船4-18-6
電話：0467-48-5855
FAX：0467-48-5836

<すばる中央薬局 大町店>

住所：鎌倉市大町4-3-22
電話：0467-23-6100
FAX：0467-23-6101

<すばる中央薬局 腰越店>

住所：鎌倉市腰越4-8-1
電話：0467-38-1601
FAX：0467-38-1602

<すばる中央薬局 笛田店>

住所：鎌倉市笛田2-1-34
電話：0467-73-8255
FAX：0467-38-1831

<すばる中央薬局 藤沢店>

☆在宅専門部門併設
訪問エリア：藤沢市南部、
北部一部地域、鎌倉一部地域
住所：藤沢市宮前425-7
電話：0466-52-0955
FAX：0466-52-0966

<ニコニコ薬局茅ヶ崎本村店>

住所：茅ヶ崎市本村4-22-23
電話：0467-39-5204
FAX：0467-39-5304

<すばる中央薬局 戸塚店>

住所：戸塚区戸塚町565-16
電話：045-869-5881
FAX：045-869-5883

<すばる中央薬局 星川店>

住所：保土ヶ谷区星川2-3-22-101
電話：045-333-1880
FAX：045-333-1881

<すばる中央薬局 港北店>

住所：都筑区北山田3-17-18
電話：045-620-5341
FAX：045-620-5342

<すばる中央薬局 南雪谷店>

住所：大田区南雪谷2-10-7-101
電話：03-5754-3410
FAX：03-5754-3411

居宅介護支援事業所

<すばるケアプランセンター>

住所：鎌倉市笛田2-1-35
電話：0467-40-5020
FAX：0467-40-5025