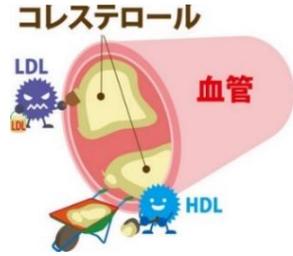


# コレステロール値は動脈硬化に関係します！

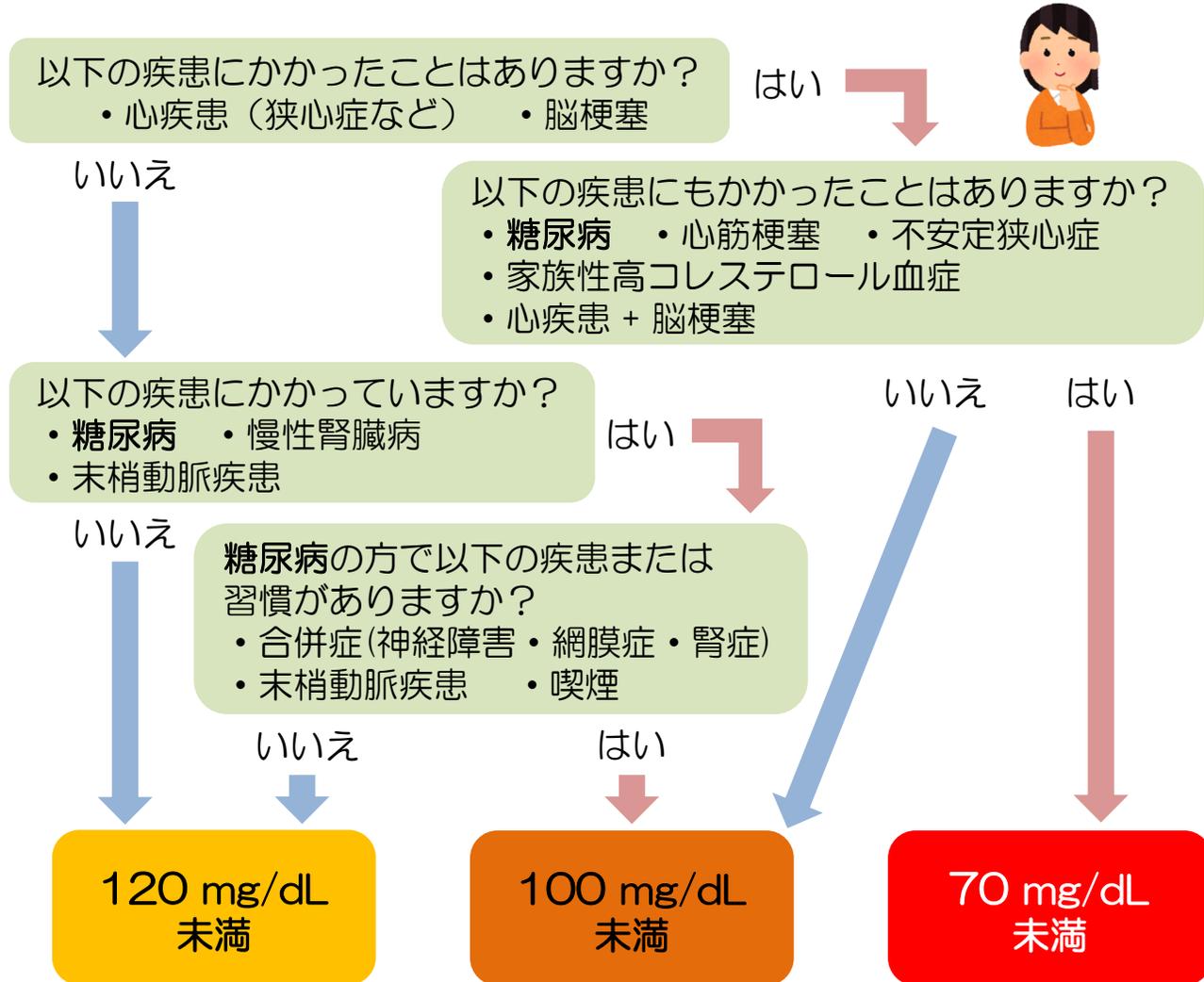
コレステロールにはHDL(善玉)コレステロールとLDL(悪玉)コレステロールがあります。これらは動脈硬化とどのように関わっているのでしょうか。

- HDL(善玉)コレステロール**: 余分なコレステロールを回収し、動脈硬化を抑制します。
- LDL(悪玉)コレステロール**: 増加すると動脈壁に蓄積し、動脈硬化を促進します。



動脈硬化を進行させないために、一人一人の病態によってコレステロールの目標値が決められています。あなたのリスクと目標値をチェックしてみましょう！

## LDL(悪玉)コレステロールの管理目標値は？



**HDL(善玉)コレステロール**の目標値は全ての患者さんで40mg/dL以上です。食事や運動などの生活習慣の見直しを行い、血糖値だけでなくコレステロールの値も管理していきましょう！

次号(9月版)は看護師さんからのお話です。

糖尿病瓦版

令和 6年 6月版  
春日井市民病院  
糖尿病療養指導グループ発行

臨床検査技師