

あなたの目標値

LDL 値（悪玉コレステロール）

()

HDL 値（善玉コレステロール）

()

TG 値（中性脂肪:トリグリセライド）

()

脂質異常症の診断基準(空腹時採血)

高 LDL コレステロール血症	LDL コレステロール	140mg/dL 以上
低 HDL コレステロール血症	HDL コレステロール	40mg/dL 未満
高トリグリセライド血症	トリグリセライド	150mg/dL 以上

診断基準は薬の服用を開始する基準ではありません。

Q コレステロールのお薬をのむのは朝食後がいいの？夕食後がいいの？

A コレステロールのお薬は 1 日 1 回のもが多いですね

1 日 1 回だと先生によって、また他のお薬を使っているかによって朝食後の指示になったり夕食後になったりすることもあります。

朝は忙しくて忘れがちという方もいますし、夕食後だとお酒が入ったりすることもあるので忘れるとか、もあります。それで、仕事に行っていて昼休みのほうがのめるといふかたもおりますし、日中だとあちこち動いていてのめないという方もおりますし、人さまざまです。

コレステロール自体はホルモンの原料になったりしますし、体の中でゼロでも困るものです。それで、体の中でもコレステロールは作られています。そして、それは寝ているうちに作られているので、今主流のコレステロールを作らないようにするお薬は夕食後にのんだほうが効きやすいとの考えがあり、夕食後の指示が多かったのです。ただ、数年前には朝でもそうは変わらないという考えも出てきて現在の指示としてはさまざまですが、朝か夕が多いですね。いろいろなお薬を調べたところではのみ忘れは朝が一番少ないというデータもあるようです。

まずはお医者さんの指示どおりにのんでいただくのが原則です。その方の生活習慣や他のお薬との兼ね合いもあり、一番いい指示を出してくれます。それでも忘れたときは朝の指示なら 1 日のうちいつでも 1 回服用してください。次の朝まで忘れてしまったらその時は昨日の分までのまず、その日の分だけで結構です。夕食後の指示ならねる前でもその日のうちに服用するようにしてください。