

高血脂症

主任 林興中

定義

血中脂肪物質如膽固醇、三酸甘油脂及血脂蛋白代謝異常的疾病群。

發生原因、發生率與危險因子

高血脂症是由於血中脂肪物質過高所產生的疾病，它是造成動脈硬化症和心臟病發生的一個重要危險因子。每100人中約有一人發生此症，男性高於女性。高血脂症可因遺傳或經由次發性的因素所導致（如糖尿病、肥胖症、庫欣氏症候群、腎病症候群、甲狀腺低能症、脂肪攝取過量、飲酒過量，及某些藥物如利尿劑、女性荷爾蒙、避孕藥、類固醇或貝他阻斷劑的使用等）。

血脂蛋白的種類

血脂蛋白包括：

乳糜粒脂蛋白、極低密度脂蛋白、低密度脂蛋白、中介密度脂蛋白與高密度脂蛋白等。其中低密度脂蛋白因與心臟病的發生息息相關，故又稱為「壞膽固醇」，而高密度脂蛋白因可保護心臟，減低心臟病的發生率，故又稱為「好膽固醇」。高密度脂蛋白被認為是影響高血脂症治療的重要參考因子，例如高密度脂蛋白如 $<40\text{ mg/dl}$ 且合併高血三酸甘油脂症者則因冠心症的危險性增加而應加以治療；反之，如其值 $\geq 60\text{ mg/dl}$ 則對心臟有保護作用。

高血脂症的分類

- (1) 高血膽固醇症（只有膽固醇值升高）。
- (2) 高血三酸甘油脂症（只有三酸甘油脂值升高）。
- (3) 混合型高血脂症（膽固醇及三酸甘油脂值均升高）。

高血脂症的預防

篩選為早期發現高血脂症的一個重要方法。由於預防勝於治療，故平日應儘可能攝取均衡、低脂、適度膽固醇飲食，不酗酒，並作適當運動以維持理想體重，將可預防高血脂症的發生。

高血脂症的症狀

除了極少數「家族遺傳性高血脂症」的患者皮膚或皮下組織或肌腱出現「黃色瘤」或「黃斑瘤」，及部份「嚴重高血三酸甘油脂症」患者併發「急性胰臟炎」外，一般高血脂症病人沒有任何明顯症狀。

高血脂症的診斷

一般血總膽固醇值或血三酸甘油脂值超過 200mg/dl 者即可診斷為高血脂症。為了慎重起見，應再加做完整的血脂蛋白檢驗。此外，詳細的體格檢查和其他項目的實驗室檢查也屬必要，因為如此才能排除「次發性高血脂症」的原因。

高血脂症的處理

治療的目的是使血脂異常回復正常，以期降低動脈硬化及心臟血管疾病的發生。一般而言，高血脂症患者應先經三至六個月「飲食療法」處理，如果三個月後血脂仍高，則應考慮降血脂藥物治療。對於體重過重者，最好減輕體重至理想體重。有些情況專家建議可考慮提前使用藥物治療，例如糖尿病、動脈硬化或心血管疾病患者。至於藥品類型的選擇應視患者血中何種血脂升高而異。