

動脈硬化を起こしやすい!

真の  
悪役

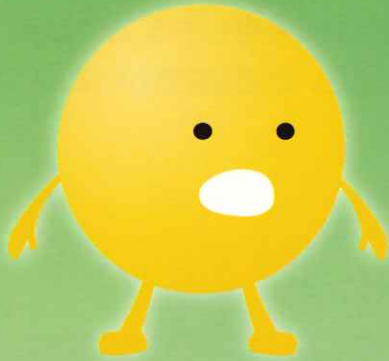
# 超悪玉

血液検査で  
わかる

# コレステロール

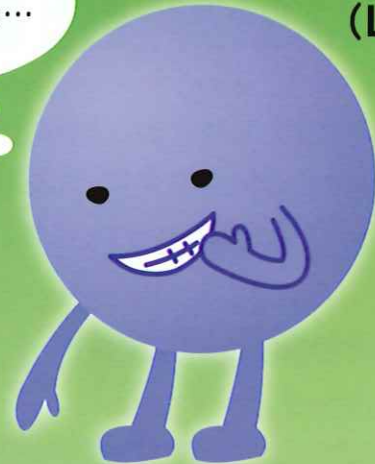
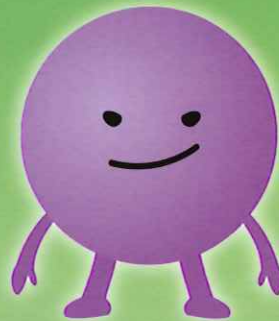
(small dense LDL コレステロール)

善玉  
(HDL)



オレは多くなくても、  
コイツが隠れているかも…

悪玉  
(LDL)

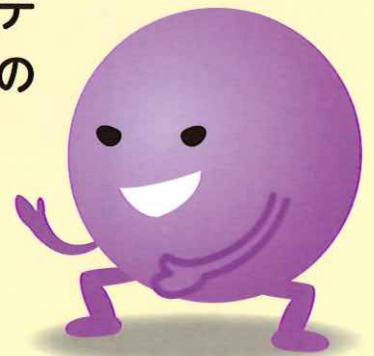


超悪玉  
(small dense LDL)

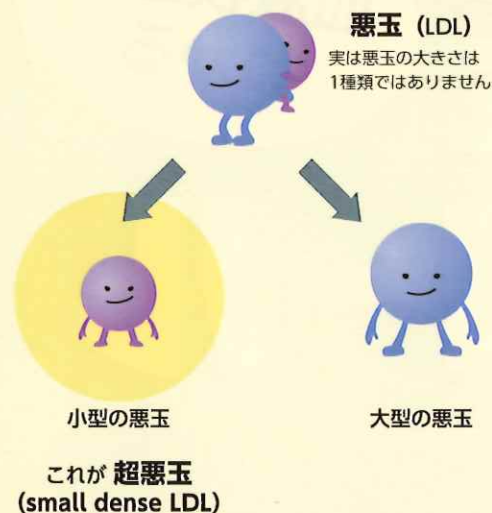
- 狭心症や心筋梗塞にかかったことがある。
- 家族に狭心症や心筋梗塞にかかった人がいる。
- 血圧が高い。
- 中性脂肪値が高い。
- 血糖値が高い。
- 内臓脂肪型肥満がある。
- 善玉 (HDL) 値が低い。

## 超悪玉チェック

一般的に超悪玉コレステロールが多いのは次のような人です。



# 真の悪役 超悪玉コレステロールとは？



## 問題は悪玉の大きさに！

悪玉の運ぶコレステロールの量 (悪玉コレステロール値) が基準範囲内でも、動脈硬化が進みやすい人もいます。一体なぜでしょうか？

実は悪玉コレステロール全てが危険なわけではなく、その明暗を分けるカギが悪玉の大きさにあることが近年わかってきました。

悪さをする主な要因は、小型の悪玉『**超悪玉 (small dense LDL)**』に乗っているコレステロールだったのです。

## 超悪玉は動脈硬化を起こしやすい！

悪玉は、血液中を流れているだけなら悪さはしません。血管壁の中に入って酸化され、有毒化することで血管をつまらせるプラーク(血管壁のこぶ)の原因物質となるのです。超悪玉は、通常の悪玉より小さいので血管壁の中に入り込みやすく、さらに有毒化しやすい性質を持っています。

### 悪玉が動脈硬化を起こすまで

