

國立成大醫院斗六分院新聞稿

什麼，膽固醇越高越好？－談高密度脂蛋白膽固醇過高

發表日期：103.7.1（星期二）

發表人：家醫科/黃信恩醫師

35 歲的陳小姐，是位健康的女性，無任何病史，拿公司體檢報告至家醫科門診進行諮詢。其中抽血報告顯示總膽固醇 223 mg/dL、低密度脂蛋白膽固醇 76 mg/dL、高密度脂蛋白膽固醇 116 mg/dL。陳小姐對於總膽固醇偏高感到憂心，此外她對照同事的高密度脂蛋白膽固醇報告後，發現自己竟高出了 2 倍多。

不管是成人健康檢查，或是公司例行性的員工體檢、學校的新生體檢等，「血脂肪」幾乎是必驗項目之一。然而「血脂肪」是總稱，它包含了三酸甘油酯、總膽固醇、低密度脂蛋白膽固醇、高密度脂蛋白膽固醇等，但並非所有血脂肪都是不好的。其中，低密度脂蛋白膽固醇，一般俗稱「壞的膽固醇」，若升高會增加心血管疾病風險，因此一般建議不超過 130mg/dL，且越低越好，最好不超過 100mg/dL；而高密度脂蛋白膽固醇，一般俗稱「好的膽固醇」，它像是血管的清道夫，可預防動脈硬化，降低心血管疾病風險，因此越高越好，一般建議男性須 40mg/dL 以上，女性則是 50mg/dL 以上。

一般來說，正常人高密度脂蛋白膽固醇較少超過 80mg/dL，但在體檢中，偶爾就會有幾位類似陳小姐這種高密度脂蛋白膽固醇過高的案例，一般多為原發性，且大多為「家族性高密度脂蛋白血症」。研究發現，此類族群有低的心血管疾病風險及壽命延長的現象，因此不需特別治療，但若個案同時合併低密度脂蛋白膽固醇過高，仍需視情況予以治療，因為治療高血脂的原則，是以「降低低密度脂蛋白膽固醇」為前提。此外，若個案有強度大且持續的有氧運動、飲酒、服用雌激素等狀況，亦會使高密度脂蛋白膽固醇升高。

陳小姐雖然總膽固醇偏高，但不管高密度或低密度脂蛋白膽固醇均在可接受範圍內，目前無需任何治療。然而並非每位總膽固醇偏高的病患都和陳小姐一樣，必須針對糖尿病、高血壓、心臟病等個別狀況，有不同的治療標準。值得一提的是，健保局已於 102 年八月，針對心血管疾病或糖尿病患者，放寬了血脂用藥標準，對此族群而言，可說是一大福音。

黃信恩醫師資歷：

專科別	現職	經歷
家醫科	成大醫院斗六分院主治醫師	彰化基督教醫院家庭醫學部住院醫師 成大醫學院家庭醫學部住院醫師 成大醫學院家庭醫學部總醫師

專長
一般內兒科疾病、常見急慢性病診治、預防注射、健康諮詢、戒菸諮詢、旅遊醫學諮詢、骨質疏鬆、老年疾病診治、失眠焦慮等身心問題

新聞聯絡人：管理中心行政組／林盈君

電話：(05)533-2121分機6203