

<高脂血症の治療法>

高脂血症の治療の目的は、生活リズムやコレステロール、中性脂肪の値を改善すること
コレステロール値や中性脂肪値がそれほど高くない軽度や中等度の高脂血症であれば、通常は2、3ヵ月程度、食事や生活の改善、運動療法を続ければ、正常値、または目標値まで下がっていきます。しかし結果が出ない場合薬物療法を行う場合もあります！



生活改善



食事療法



運動療法



薬物療法



生活改善

- ・禁煙をする 喫煙は動脈硬化を進行させる大きな原因となります
- ・規則正しい生活をする 食生活の改善
適度な睡眠時間(5 ~ 7時間)