「中性脂肪」は血液に含まれる脂肪の代名詞？

中性脂肪という用語は、この章の最初のテーマだった。日常的には脂肪と言ってもさしつかえないのに、医療関係では、なぜかわざわざ中性脂肪と言う、その疑問を示した。だが、中性脂肪を止めて、ただの脂肪と言ったら、どんな不都合が生まれるだろうか。たぶん、脂肪という単語を、「血液に含まれる」あるいは「血液中の」で、形容しなければならない。

「コレステロールや中性脂肪の検査値が上がっていますね。食事に気をつけ、脂っこいものは避けて、体を動かしてください」と医者に言われたら、中性脂肪が血液中の脂肪であり、脂っこいものが料理に含まれる脂肪であることは、すぐに理解できる。脂っこいものという表現を脂肪と言い換えることはできても、中性脂肪と言うことは決してない。「中性」には「血液の」という意味が暗黙に了解されている。

「生活習慣病」に含まれる心筋梗塞、狭心症、脳梗塞など。その病気の前には動脈硬化という血管の状態がある。その動脈硬化を進行させる一つの要因として、高脂血症が挙げられる。高脂血症は、一般的に、コレステロールと脂肪のいずれか、あるいはその両方が血液の中で過剰になっていることを指す。

日本動脈硬化学会が定めた高脂血症の診断基準は、「高コレステロール血症」で総コレステロールが220以上、「高LDLコレステロール血症」でLDLコレステロールが140以上、低HDLコレステロール血症でHDLコレステロールが40未満、「高トリグリセリド血症」でトリグリセリド（= 中性脂肪 = 脂肪 = 油脂）が150以上、となっているという。各数値の単位は、空腹時の血清0.1リットル当たりのミリグラム。ここで血清の体積が0.1リットルとなっているが、従来なら１デシリットルのはず。エッセイでも取り上げたが、デシリットルが一般になじまない単位なので、それを考慮したのだろう。

コレステロールや脂肪は水に溶けない。水に溶けない物質を消化・吸収して、血管などで細胞へ運ぶためには、いろいろな工夫が要る。その一つが、コレステロールや脂肪をリポタンパク質（lipoprotein）という形にすること。リポタンパク質は粒子状で白濁する。粒子が抱えている脂肪（トリグリセリド）など、脂質の量が増えると、粒子の比重が小さくなる。中には比重１以下になって水に浮かぶものもある。リポタンパク質は４つのグループに分別される。そのうちの１つ、LDL（低比重リポタンパク質）は、low density lipoproteinの、そしてHDL（高比重リポタンパク質）は、high density lipoproteinの略語である。

LDLとHDLに含まれるコレステロールを、それぞれ「悪玉」、「善玉」コレステロールと言うこともある。しかし、コレステロールを擬人化するのが妥当かどうか。確かに同じ人間でも悪人と善人がいるが。

科学を日常生活に説明する用語には、科学の歴史や理科教育、ときには科学者集団（学会）の慣例が反映される。