

檢驗血脂異常 一定要空腹嗎？

新陳代謝科醫師/張毓泓



根據流行病學調查，血脂異常已經被認為與心血管疾病習習相關，其中特別是昇高的低密度脂蛋白膽固醇 (LDL-C) 更被認為是造成血管動脈粥樣硬化的重要的危險因子，也是於國民健康檢查以及慢性病(如：糖尿病、心臟病)的病人來說，一項重要的追蹤指標過去來說，為了避免進食後會影響血脂肪的檢驗數據，而造成判讀上的誤差及困擾，空腹8-12小時以上抽血接受血脂檢驗是例行以久的事實。然而此一空腹檢驗血脂的方式，卻被國外學會建議修改。

根據一份於2016年3月份由European Atherosclerosis Society與European Federation of Clinical Chemistry and Laboratory Medicine所發表的聯合聲明[1]指出除非一些特殊情況之下，否則進行例行性的空腹檢驗血脂是不需要的，其依據理由，筆者歸納出以下幾點：

1. 大多數的人於一天24小時中都存在著進食狀況(包含正餐與點心)，因此空腹至少8小時後再抽血檢驗血脂可能並不能客觀反應出日常血脂或血脂蛋白的平均濃度與和心血管疾病的相關危險因子。
2. 進食後影響血脂的數值有限，舉例來說根據一份從2003-2014年收集了居住於哥本哈根地區92285位(其中12%使用statin降血脂藥物)的調查報告(The Copenhagen General Population Study)指出，進食後1-6小時血脂檢驗最大平均改變如下：總膽固醇減少8mg/dl；低密度脂蛋白膽固醇減少8mg/dl；高密度脂蛋白膽固醇不變；三酸甘油脂：上升26 mg/dl；Apolipoprotein A1, Apolipoprotein B與lipoprotein (a)不變，由此可知血脂肪於進食後改變有限。