



今月のテーマ 高血圧(1)

TEL: 0243-22-6688

高血圧症は生活習慣病の代表的かつポピュラーな疾患の一つですが、高血圧症ってなに？、なぜ治療しないといけないのかを正確に知っている人は意外に少ないのではないのでしょうか。今回は高血圧症を取り上げてわかりやすく解説してみたいと思います。



まず、血圧とはなんでしょうか。心臓は全身に血液を送り出していますが、この血液が動脈の壁に与えている圧力を血圧と言います。心臓が血液を全身に向けて送り出した時(収縮期)の血圧を収縮期血圧と呼びます。最大血圧、最高血圧、上の血圧などとも呼ばれます。心臓が次に送り出す血液をためている時期(拡張期)の血圧を拡張期血圧と呼びます。最小血圧、最低血圧、下の血圧などとも呼ばれます。血圧は、心臓の送り出す血液の量(心拍出量といいます)、動脈壁の弾力性、末梢血管の抵抗などの要素によって決められます。

「血圧の日内変動」最近では携帯用の自動血圧計で24時間の血圧をモニターする事が出来るようになりました。これによると夜間睡眠時は日中活動時の血圧よりも下がっていることがわかります。また白衣高血圧の診断にも用いられます。

「脈圧」収縮期血圧と拡張期血圧の差を脈圧と言います。これは、血管の弾力性の指標と考えられており、大きい方が血管の弾力性がある、少ないと血管がもろいと判断されます。拡張期血圧はいくら低くても心配いりません。

「家庭用血圧計」家庭で血圧を測る場合には、次の事に注意してください。家庭用の自動血圧計は通常1〜2万円ですが、業務用の自動血圧計はその数十倍もします。ですから、家庭用の血圧計で測ると高くなる傾向があります。

「高血圧の合併症」では、高血圧を放置しておくこととなるのでしよう。高血圧は多くの場合、特別な症状はありませんが、10年、15年と無治療のまま放置しておく、血管はその圧力により壁が厚く、固く、弾力性が失われてもろくなり、やぶれたり、傷つきやすくなります。さらに、傷ついた血管壁にはコレステロールが沈着して血管の内腔がせまくなります(動脈硬化)やがて血管、心臓、腎臓などの臓器に障害が起こり命に関わるような種々の合併症が引き起こされます。それまでは何の症状も出ませんが、高血圧症はさ

「高血圧性脳症」高血圧が持続すると脳がむくみ頭痛、吐き気、意識障害などの見られる疾患です。心肥大、心不全、高血圧が持続すると心臓はより強い力で血液を送り出さないとけなくなり、心臓の筋肉が厚くなり、心肥大が起こります。この状態が長く続き、心臓が十分な血液を送り出せなくなるのが心不全です。

「高血圧性腎臓病」高血圧が持続すると腎臓へ流れる血液の量が減ることによって腎臓の機能が低下してきます。高血圧性腎臓病は、腎臓の機能が低下してきます。高血圧性腎臓病は、腎臓の機能が低下してきます。

予防接種専用の時間 毎週水曜日を除く午後1:30~2:00 10月5日(月)提灯祭りのため休診します。

世界保健機構(WHO)では、収縮期血圧140未満、拡張期血圧90未満を正常血圧と定義しています。しかし、最近では、正常血圧を収縮期血圧130未満かつ拡張期血圧85未満と定義するなど基準を厳しくする傾向にあります。

「肥満」体重が10kg増えると血圧も約10上昇すると考えて下さい。肥満は動脈硬化の進展にも関与します。運動不足でも、血圧が上昇します。肥満にも関与します。飲酒、飲酒も血圧に影響します。長期間過剰のアルコールの摂取が続くと血圧が上昇します。

「高血圧性心臓病」高血圧が持続すると心臓はより強い力で血液を送り出さないとけなくなり、心臓の筋肉が厚くなり、心肥大が起こります。この状態が長く続き、心臓が十分な血液を送り出せなくなるのが心不全です。

「高血圧性心臓病」高血圧が持続すると心臓はより強い力で血液を送り出さないとけなくなり、心臓の筋肉が厚くなり、心肥大が起こります。この状態が長く続き、心臓が十分な血液を送り出せなくなるのが心不全です。

