

くらしの
情報

静かなる殺人 高血圧

血圧は変動が大きく、その値の評価は難しく、正しく評価をするために、今年のDEKO2月号のこの欄で家庭血圧測定的重要性が述べられ、家庭では朝食前に2回測定し平均値を出すことが奨励されています。

血圧測定の結果、血圧が異常に高くなる病気＝高血圧では、何が問題になるのかを今回はお話しします。現在、血圧は最高血圧(上の血圧)を低く保つこと(130mmHg以下)と、最低血圧(下の血圧)を下げすぎないこと(60mmHg以上)が重要とされています。一般に高血圧の症状は、急激に血圧が上昇をした時に、頭痛や視力障害といった症状が出ますが、慢性に経過する場合や、急性でも軽度から中程度の上昇では自覚症状はありません。しかし、血圧が正常よりわずかに高い程度であっても、糖

尿病など他の基礎疾患がある場合には、重症の高血圧と同等の治療が必要です。

血圧は心臓から駆け出される血液の量と、血管、特に中々細動脈が収縮して起きる血管の抵抗で決まります。血圧が高くなると常に血管に大きな刺激がかかり、血管壁が痛みやすくなると同時に、心臓に大きな負担をかけることになります。高血圧になると、血管はその高い圧に対応するために血管壁を厚くしたり、血管の中に、高い血圧のため血液の成分の一部が入り込み、それにコレステロールが加わると動脈硬化を引き起こします。動脈硬化が起きると、いろいろな臓器に十分に血液の供給が出来にくくなります。特に血液を大量に必要とする臓器、脳や心臓、腎臓では血液不足が起きてきます。また、高血圧の心臓への負担



岐阜市
守屋医院
守屋 斗人
(もりやましひと)

は、心臓の筋肉の量を増やして心肥大を招きます。従って、より一層の血液の必要性が増してくるため、心臓では動脈硬化が起きると心臓自体の血液不足が加わり、強い痛みの発作(虚血性心臓病)が起きてきます。また、心臓への負担は、しばしば不整脈の原因ともなり、血栓を生じて脳梗塞の原因の一つになっています。

脳の場合も動脈硬化によって脳への血液の供給不足が生じ、脳梗塞の一因となります。一方、固くなった血管は非常にもろくなり、ここに高い圧が加わると、脳の血管が破れて出血を起こすことがあります。これが脳出血です。脳梗塞、脳出血など、脳の血管の障害が原因で正常に脳が働かなくなることを脳卒中と総称し、虚血性心臓病とともに、生命に大きな影響を与える疾患です。



毛細血管の集まりである腎臓は、体の老廃物や有害な物質を尿にして体外に排泄をするため、大量の血液を必要としています。ここに動脈硬化が起きると腎臓は血液の供給を促すために血圧を上げるようにする作用があります。上がった血圧が腎臓の動脈硬化を促進させるといふ悪循環が始まることがあります。また、腎臓の血液不足が腎臓の働きを悪くして腎不全を引き起こします。今、日本で人工透析を受けている人の原因の第3位が高血圧などによる腎硬化症で、増加傾向にあります。

日本の死因の第一は癌ですが、高血圧や糖尿病、高脂血症が引き起こす動脈硬化が原因となる脳、大血管、心臓病および腎臓病の死亡者数を合わせると、総死亡率の約3分の2になり、自覚症状がないことが大きな問題です。