

## 高血圧の方へ 沈黙の殺人者その正体は〇〇〇！

あなたの血圧 (                      /                      )

### ・ 降圧目標

高齢者(65 歳以上)

140/90mmHg 未満

若年・中年者

130/85mmHg 未満

糖尿病患者・腎障害患者

130/80mmHg 未満

Q. 高血圧で薬を処方されています。自覚症状も無いし血圧も安定しています、薬を続ける必要があるのでしょうか？

A. 血圧が高くても自覚症状が無いことが多く、放置されてしまうことがあります。高血圧が原因の脳出血などの例がたくさんあり、高血圧はサイレントキラー（沈黙の殺人者）と呼ばれることがあります。決して大げさなことではありません。高血圧を放置すると、動脈硬化を起こし、やがて心臓病などの合併症をおこすことがあります。高血圧の恐ろしさは、この合併症にあります。合併症を起こす危険を冒すよりは、薬を飲み続けることで血圧を下げ、合併症や他の病気の発生を防ぐ方が大切であると考えられます。

✔ 高血圧症の進行によっておこる合併症



### ☆ 動脈硬化についてもっと知りたい！

高血圧が続くと、血液の圧力に耐えるために、動脈の血管壁が厚くなり、血液が流れる内腔は狭くなります。このように、血管が弾力性や柔軟性を失い、血管の内腔が狭くなったり、硬くなった状態を動脈硬化といいます。さらに血管が傷ついたりすると、コレステロールなどの脂質が溜まりやすくなり、さらに内腔は狭くなります。そうすると、血流の抵抗が増え、血圧はさらに上昇し、高血圧→動脈硬化→高血圧、という悪循環が、さらなる動脈硬化を促進します。

H3                      年                      月                      日                      本日の担当薬剤師