

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

	診察室血圧	家庭血圧
若年者	130/85mmHg 未満	125/80mmHg 未満
高齢者	140/90mmHg 未満	135/85mmHg 未満
糖尿病患者	130/80mmHg 未満	125/75mmHg 未満
慢性腎臓病患者		
心筋梗塞後患者		
脳血管障害患者	140/90mmHg 未満	135/85mmHg 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が、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、放置されてしまう事があります。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。