

# 高血圧について

小林クリニック

小林 信一 先生

「高血圧の薬は、一度始めると一生飲まなければならないって聞いたんですけど？」健康診断で血圧を指摘された患者さんからよく耳にする質問です。「医者にかかるのは風邪をひいたときぐらいだったので」という人であれば、「一生」の部分になおさらアクセントが掛かってきます。確かに、風邪が治れば風邪薬は必要なくなります。では、「高血圧が治れば血圧の薬は飲まなくていいのでしょうか？」答えは「はい」です。高血圧でない人も高血圧が治った人も、血圧の薬は必要ありません。問題なのは高血圧が治る病気なのか？ということです。これは、残念ながら特殊な場合以外では、服薬の継続が必要な人がほとんどです。

最近では自動血圧計がずいぶん普及してきました。自宅や施設などで気軽に血圧のチェックが可能です。診察室で血圧を測ると、「いつもはもっと低いんです」となることも多々あります。一般にリラックス時と緊張時で血圧が異なるのは当然なので、一度の測定だけで決めつけるのも難があります。しかし、ストレスを感じずにいつもリラックス状態で生活している人はまずいません。「診察室という軽い緊張状態で血圧が高い人は、車の運転中もきっと高くなるだろう」と容易に想像できます。つまり、誰でも一日の血圧は状況に応じて上下している、ということです。この上下変動の幅や平均値、上下の様子から、治療が必要かどうかを判断するわけです。

高血圧は心筋梗塞や脳梗塞などの危険因子です。高血圧治療のポイントは、現時点の血圧を下げるだけでなく、将来にわたって危険な病気の引き金にならないようにコントロールしている、と考えると理解できると思います。