

『高血圧 ～原因と検査・治療～』

吉良内科循環器クリニック 院長 吉良 哲也



こんにちは、前回高血圧は症状が無くても放置するのは危険だというお話をしました。ではそもそもどうして血圧が高くなるのでしょうか？

高血圧は本態性高血圧と二次性高血圧に分類されます。本態性高血圧は特別な原因のない高血圧で、加齢、塩分摂取過多、喫煙、肥満、ストレス、運動不足、不眠や遺伝的素因が影響しています。高血圧の約90%が本態性高血圧であり、残りの約10%が二次性高血圧になります。二次性高血圧とは血圧を高くするような別の病気・原因があるものです。腎臓病が原因で起こる腎性高血圧や血圧を高くするホルモンが多く分泌されるような内分泌性高血圧、薬剤性の高血圧があります。二次性高血圧と診断された場合は単に血圧を下げるだけでなく、原因に対しての治療が必要になります。

血圧が高くて病院を受診した場合、血圧測定、採血・尿検査、心電図、胸部レントゲンや心エコー検査が行われます。これは高血圧により心臓、腎臓や血管に既に負担がかかっているか？また二次性高血圧ではないか？といったことを調べるためです。血圧測定も初めての病院では緊張して高くなりがちです。日頃の血圧が重要ですので、可能なら自己測定した記録を診察時に持参すると大変参考になります。

血圧を下げる治療としては規則正しい生活、減塩、運動、禁煙が基本になります。しかしこのような生活習慣の改善で期待できる血圧低下は5mmHg程度と言われており、目標とする血圧まで下がらないことが多々あります。「血圧の薬はできれば飲みたくない」といった声もよく耳にしますが、血圧を下げる薬（降圧薬）の服用は最も効果的な治療法となります。次回は血圧の薬について詳しくお話致します。

吉良内科循環器クリニック 大分市大字角子原 870 TEL097-522-3000