

高血圧と薬について

血圧とは

心臓から送り出された血液が動脈の内壁を押す力のことです。

血圧は体のすべての血管にあります。普通は動脈、特に上腕動脈の圧力を意味します。

血圧の高さは、心臓が血液を押し出す力と血管の拡張で決まります。血管の弾力性も関係しており、腎臓や神経系、内分泌系など、多くの因子によって調整されています。

通常は体を動かすために朝の目覚めとともに上昇し、日中は高く、夜間・睡眠中は低くなります。

また、季節も関係しており、冬は寒さによって血管も締めやすいので他の季節より高くなりやすいです。

夏は脱水に注意です。脱水によって体内の体液量が下がると、血圧も下がってしまうのでふらつきなど、注意が必要です。

高血圧

140mmHg/90mmHg以上

高血圧の定義は変わる事がありますが、基本は左記の状態
高血圧と診断されることが多いと思います。



ただ、血圧は1日の間でも変動しており、毎日の朝2回と寝る前2回ずつ測って記録したものを
お医者さんに見せて判断してもらうといいと思います

血圧が高い状態が続くと?

血管の壁は本来弾力性があるのですが、高血圧状態が長く続くと血管はいつも張りつめた状態におかれ、次第に厚く、しかも硬くなります。これが高血圧による動脈硬化です。

脳出血や脳梗塞、大動脈瘤、腎硬化症、心筋梗塞、眼底出血などの原因となります。また、心臓は高い血圧にうち勝つために無理をすることになり、心臓肥大が起こり、心不全になることもあります。また、冬場に大きな寒暖差によって急激に血圧が変わるとヒートショックなどの危険性もあります。

高血圧の予防や治療

高血圧の予防には、減塩や適度な睡眠時間、運動習慣、ストレス発散など
が必要です。また、タバコや過量な飲酒、肥満なども原因となってきます。

高血圧の診断を受けて治療をしていくとなると、まず生活習慣の改善が大切です。

ただし、血圧がかなり高い状態だとすぐにお薬による治療になると思います。血圧を下げるにはお薬で血管を直接拡張させたり、腎臓にも血圧を調整する作用があるのでそちらを使用したり、心臓や交感神経を抑えることで降圧作用を促します。

Ca拮抗剤 ノルバスク(アムロジピオン)・アダラート(ニフェジピン)

⇒ 血管平滑筋に作用し、血管を拡張させます。

ACE阻害薬 レニベース(エナラプリル)・ARB:ディオバン(バルサルタン)・ニューロタン(ロサルタン)

⇒ これらは腎臓の方に作用し、レニン-アンジオテンシンアルドステロン系という
血圧や体液量の調整機構を使用して血圧を下げます。

利尿剤 ラシックス(フロセミド)・フルイトラン(トリコルメチアジド)

⇒ おしっこを出すことで浮腫みを取り、体液量を減らすことで血圧を下げます。

自律神経系 アーチスト(カルバジロール)・メインテート(ヒソプロロール)・テノーミン(アテノロール)

⇒ 心臓を落ち着かせることや、交感神経の興奮を抑えることで血圧を下げます。



お薬のことや健康のことでご困っていることがありましたらご相談ください。