

家庭血圧 を測定しましょう

高血圧は身近な病気の一つです。症状はほとんどありませんが、放置すれば動脈硬化が進行し、脳卒中、心臓病、腎臓病といった大病につながるため“サイレントキラー”と呼ばれています。

血圧には、測定場所や方法により、診察室血圧、家庭血圧、24時間自由行動下血圧の3つがありますが、それぞれ高血圧と診断する基準値は異なります(表1)。

■ 診察室血圧測定 ■

厳密には静かで適温の環境、背もたれつきの椅子に座って数分の安静後に測定するなどの条件がありますが、実際にそのような条件下で測定されることは少ないため、その臨床的価値に疑問が呈されています。

■ 24時間自由行動下血圧測定 ■

昼間、夜間、早朝など多点で測定値を得ることができ、診察室血圧よりも、高血圧性臓器障害と関連していることが示されていますが、専用の機械を必要とするため、多くの患者さんに複数回行うことは困難です。

■ 家庭血圧測定 ■

治療継続率の改善や降圧薬による過剰な降圧、不十分な降圧の評価に役立ちます。また白衣高血圧、仮面高血圧(表2)の診断に有用です。家庭血圧も診察室血圧と同様、静かで適温、安静後に測定するなど条件がありますが、適切な環境下での計測は臨床的価値が高く、診察室血圧値よりも生命予後の優れた予知因子であると報告されています。血圧計は上腕用が推奨されます。表3に各血圧測定法の特性を示します。

高血圧治療中の方や、健診で血圧高値を指摘された方はぜひ家庭血圧を測定してみてください。

ご予約方法

電話予約

04-7123-5901

月曜日～土曜日 9:00～16:00

ただし、祝日および病院指定休診日を除く

表1 異なる測定法における高血圧基準(mmHg)

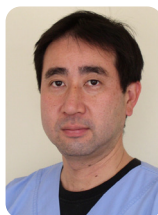
	収縮期血圧	かつ/または	拡張期血圧
診察室血圧	≥ 140		≥ 90
家庭血圧	≥ 135		≥ 85
自由行動下血圧			
24時間	≥ 130	かつ/または	≥ 80
昼間	≥ 135	かつ/または	≥ 85
夜間	≥ 120	かつ/または	≥ 70

表2

白衣高血圧	家庭血圧が正常でも、緊張などで診察室血圧が高い場合。降圧薬は必要ない。ただ将来、高血圧や糖尿病を発症するリスクがある。
仮面高血圧	診察室血圧が正常でも、家庭血圧が高い場合。危険度は持続性高血圧と同等で治療が必要。

表3 各血圧測定法の特性

	診察室血圧	家庭血圧	自由行動下血圧
測定頻度	低	高	高
測定標準化	可	可	不要
再現性	不良	最良	良
白衣現象	有	無	無
薬効評価	可	最適	適
薬効持続時間の評価	不可	最良	可
短期変動性の評価(15～30分ごとの変動)	不可	不可	可
日内変動性の評価(夜間血圧の評価)	不可	可	可
日間変動性の評価	不可	可	不可
長期変動性の評価(季節変動, 受診間変動等)	可	最良	不可




循環器内科部長
大野 則彦

一般社団法人日本内科学会認定総合内科専門医
一般社団法人日本循環器学会認定循環器専門医
山形大学1993年卒業、医学博士

スタッフ急募

正社員:看護師(手術室)・作業療法士・
放射線技師/パート社員:視能訓練士・看護師・
看護助手・リハビリ助手・医療事務

お問合せ・お申し込みは

キックマン総合病院 採用 検索 

<http://hospital.kikkoman.co.jp/recruit/index.html>

 **kikkoman**

キックマン総合病院

〒278-0005 千葉県野田市宮崎100
電話04(7123)5911(代) FAX 04(7123)5920
<http://hospital.kikkoman.co.jp/>