

イル

Dr.北村の女性クリニックへようこそ



Q 55歳。降圧剤は一生続けるのか

毎年健診を受けていますが、閉経した頃から血圧が上がり始め、今年は受診を勧められました。しかし、「薬を飲み始めると一生続けなくてはいけない」と聞いたことがあり、受診をためらっています。(55歳・女性)

僕のクリニックでもよく見られる光景です。健診を受けたのに、結果を聞くのが怖いからといって受診をためらう患者です。何のための健診だったのでしょうか。しかも、人の血圧は測定条件によっても変化するので、一度血圧が高かったからといって高血圧と診断されて治療が始まるとは限らないのです。

ところで、高血圧の診断は次のように行います。受診時の収縮期血圧(最高)が140mmHg以上、あるいは拡張期血圧(最低)が90mmHg以上の場合、自宅で血圧を起床後と就寝前に2回ずつ測ってもらいます。その平均値が最高135mmHg以上、または最低85mmHg以上の場合、高血圧と診断されます。

世界保健機関(WHO)の調査によると、25歳以上で高血圧と診断された人は、2008年に世界で10億人を超え、25歳以上の3人に1人が高血圧であると推測されてい

A 管理良好なら中止可能な例も

ます。わが国でも、国民健康増します。そんな時、「血圧の薬は飲み始めると一生縁が切れな」といった迷信(医療関係者を含めてそのように信じている方が多いようです)を聞かされると、冷静な判断はとても難しいですね。

実は多くの研究成果から、血圧のコントロールが良好に行われていると、降圧剤を中止しても、正常血圧に保たれる例が40%前後あることがわ



イラスト・戸張 萌

かっています。特に、
(1)元々軽症の高血圧
(2)減量、減塩、アルコール制限など生活習慣の改善が良好に行われている
(3)1種類の薬で血圧コントロールができていて
(4)収縮期血圧が良好にコントロールされている
(5)74歳以下の方
などの条件を満たせば、さらにその可能性が高くなることがわかっています。

もちろん、薬を飲み始めたら自己判断で中止したり、血圧の値に一喜一憂して、薬を飲んだり飲まなかったりするものは危険です。そして、前述の五つの条件を見ればわかるように、「生活習慣の改善」「早期の治療開始」「治療継続による良好な血圧値の維持」が重要です。まずは、信頼できる主治医に相談してください。

(日本家族計画協会クリニック所長、北村邦夫)

毎週日曜掲載