

「病気が健康か」**「またも大論争が巻き起こる」**

高血圧学会の「新基準、でいきなり10も下がる！」

「130でも高血圧」

どう考えるか

春から
来から

患者数は一気に2000万人増！
降圧剤飲み続けるか
飲んだらダメか

「今日はいつもより5も高い」「先月より8下がった」——高血圧に悩む人たちは日々の数値に敏感になっている。それなのに、依って立つべき「基準」が「三転三転してしまっている」。国民病をめぐる重大事をレポートする。

日本人の半数が高血圧患者に!?

上が135、下が85。健康診断のためかかりつけ医を訪れたとある中高年男性は、少し高めだがいつもと変わらない血圧に安堵した。

だが医者が口にしたのは想定外の言葉だった。「135ですか……。降圧剤を飲みましょうか」

これまで「140に届かなければ心配ないですよ」と言われていたのに、なぜいきなり……。驚いたが、担当医の指示だから仕方ない。その日から降圧剤を飲み続けることとなった。

半年後にはこのような「高血圧にされる人」が急増するかもしれない。

今年9月に開催された日本高血圧学会の総会で、来年4月に改訂される高血圧

治療ガイドラインの方針案が示された。

これまで高血圧の治療を受ける患者が目標とする血圧は、75歳未満の成人で「140/90（75歳以上だと150/90）」だった。だが今回の方針案では、「130/80（同140/90）」未満に下げることとなったのだ。

「今後、日本医学会や日本内科学会などが草案を査読し、パブリックコメントを集めたうえで19年春をめどに改訂ガイドラインを公表します」（日本高血圧学会事務局）

背景にあるのは、昨年11月、米国心臓病学会（ACC）が「140/90」だった高血圧の診断基準を「130/80」に引き下げると発表したことだ。米国では

この基準変更を受けて、推計7220万人だった高血圧患者が一夜にして1億330万人に激増した。

診断基準とは「あなたは高血圧であり、治療が必要です」と医師が診断するラインを指す。アメリカではこれを「130/80」に引き下げたため、高血圧患者が一気に増加したのだ。

この流れを受けた日本では、前述した9月の総会で日本高血圧学会は現在の「140/90」という診断基準を変更しないことを表明する一方、治療目標を引き下げることにした。

これは何を意味するのか。診断基準についての研究を行なう東海大学名誉教授の大櫛陽一・大櫛医学情報研究所長が解説する。

「診断基準をいきなり変えると治療現場に混乱が生まれかねないので、治療目標だけを変えるのしょう。治療目標はあくまで「目標」で、必ずしも厳守すべきものではないはずですが、現場の医師たちはそうは考えていません。患者のリスクを少しでも減らすために治療目標まで厳格に下げようとするケースが多い。」

今回の変更によって、例えば上が135の74歳以下の患者の場合、基準では140未満だから「高血圧」ではないはずが、「目標の130まで下げましょう」といわれる可能性が高くなります。

高血圧患者に対する治療が厳しくなる中で、「ゆく

お金も時間も器具もいらぬ！
自宅でできる最新ダイエット術

1日2分、その場で跳ぶだけダイエット

鑄山和裕 定価1,000円+税
絶賛発売中!! 小学館

ゆくは診断基準の改訂に繋がるかもしれない(高血圧の予防治療を専門とする新潟大学名誉教授の岡田正彦医師)という指摘もある。
現在、日本の高血圧患者(140/90)は4300万人と推計されている。血圧が「130/139/80/89」の人は2000万

毎日1錠、薬が増える

こうして来年4月以降、降圧剤を服用する人が増える予想される。現在すでに70歳以上の2人に1人は降圧剤を飲んでいるとされ



人になるとされているため、もし将来的に「診断基準」まで変更された場合、その人数は6300万人となる。実に日本人の半数が、高血圧患者となってしまう。60歳以上に限れば8割以上が「治療が必要」と見なされることになる(53が表参照)。

とともに血管が固くなって血流が下がるのを防ぐために血圧が上がるので、血圧が高いのは当たり前です。それなのに130が目標値だからと無理に降圧剤を使って血圧を下げると、脳や腎臓に十分な血流が届かず、老化が進んで命を縮める恐れがあります(岡田氏)

うという問題も指摘される。「最近2種類以上の血圧の薬が入った「配合剤」が増えています。新しい薬のため、複数の薬を同時に服用した際の、相乗効果による副作用は未知数です。薬が効きすぎると血圧が下がりにすぎ、脳に血流が届かず一時的な失神による転倒や転落、交通事故のリスクが増します。記録上は事故

死ですが、実際は血圧低下による失神により転落死や交通事故死を迎えた方は相当数いると思われまます(岡田氏)

「147でも健康値」はどうなった

患者はこれまでも何度か変わる高血圧の基準や目標に翻弄されてきた。ひと昔前までは上の血圧は「年齢+90」が目安とされ、87年には旧厚生省が「180/100」という診断基準を打ち出した。00年には日本高血圧学会が「140/90」という厳しい基準を打ち出す一方、年齢ごとに治療目標が定められ、70代は150未満、80代は160未満(いずれも上)と段階的な数値が並んだ。

だが04年に同学会は、65歳以上の高齢者を一括りにして「140/90」という治療目標を当てはめるよう方針転換した。

これに「反旗」を翻したのが日本人間ドック学会だ。14年4月、同学会は約150万人のデータをもとに、当時の基準より大幅に緩い「147/94」という新たな健康基準を発表し、厳しくなる一方だった基準値に一石を投じた。

「約150万人の人間ドック検診受診者から健康な人を抽出して解析した研究で、欧米の調査とも非常に近接

60歳以上の8割が「高血圧」になる!?

	60~69歳	70~79歳	80歳以上
120未満/80未満	9.4%	5.4%	5.1%
120~129/80~84	10.4%	10.8%	10.2%
130~139/85~89	24.6%	20.9%	23.5%
140~159/90~99	37.2%	41.0%	42.9%
160~179/100~109	13.1%	13.0%	13.3%
180以上/110以上	5.4%	4.0%	5.1%

出典:「NIPPON DATA 2010」(滋賀医科大学、厚生省)

この人たちも高血圧に? これまでの高血圧!

報じると、高血圧学会や動脈硬化学会、製薬業界などは猛反発した。当の日本人間ドック学会も「あくまで健康の目安であり、病気のリスクを示したものではありません」とトーンダウンし、この新基準は黙殺された経緯があった。

それどころか、来春からは治療目標が変わり、将来的に高血圧治療を受ける患者が増える可能性がある。すでにこのことが一部で報じられたことで、患者の側に戸惑いが広がっている。

「血圧140/150台を歩き来しながら10年以上降圧剤を飲み続ける生活にうんざりしている。つい数年前には「血圧147まで健康」という報道が出て、どうなるのかと見守っていたらいつの間にか話を聞かなくなつて、最近になって「血圧は130まで下げなきゃダメだ」って報道が出てきた。いったい何を信じればいいのか分かりませんよ」(65歳男性)

最大の問題点は、診断基準や治療目標に確固たるエ

ビデンスがないということだ。「私はガイドラインに示されている診断基準の根拠となる全文献を精査しましたが、その基準内の人がどれだけ長生きしたかというデータに基づいたものはいまだにない。高血圧学会が発表する基準値の根拠は、日本人間ドック学会が示したデータに比べて正確とは言えないと思っています」(岡田氏)

今回、アメリカで基準値を引き下げる根拠となった臨床試験も、決定的なエビデンスを出しているわけではない。

15年に米国国立心臓血液研究所が公表した「スプリント」と呼ばれる臨床試験で、50歳以上の約9400人の高血圧患者を追跡調査したところ、上の血圧を140未満まで下げた群より

「薬の付き合い方」を考える

こうした状況に患者はどう立ち向かえばいいか。前出・岡田氏は「血圧を

どう考えるかが大事」と指摘する。「血圧だけが高い人と、血

も、120未満に下げた群のほうが心臓発作や脳卒中のリスクが低く、総死亡率も低いという結果が示されたものの、

「この試験の対象者は、全員が高血圧だけでなく腎疾患患または心血管系疾患の既往歴があり、平均BMI 29.9(※)という重度肥満群でした。そのため、対象者に偏りがあるのではないかと」との見方があり、アメリカ国内の別の学会から

「ガイドラインの根拠とするには不十分」との声があがっています(群星沖繩臨床研修センター長の徳田安春医師)

それにもかかわらず、国内のデータは黙殺され、海外のものにだけ依拠してこれまでの基準が変更されるかもしれないのだから、患者の側が戸惑うのも無理はない。

降圧剤は一生飲み続ける薬となるだけに、最初の対応を慎重にしたい。「そもそも血圧には個人差があり、一律に130以下を目標にすべきではありません。本来は数値が高くて

も医師が3か月ほど生活指導をして、それでも改善が見られない場合に薬を処方すべきですが、実際には経過観察を待たずに降圧剤を処方する医師も少なくないようです。患者の側も「先生に処方してもらったから」と安易に薬を受け入れるケースが見受けられます。安易に薬を頼らないことが重要だ(岡田氏)

※BMIは体重(kg)÷身長(m)÷身長(m)で算出される。日本人は25以上で肥満とされる。

『週刊ポスト』次号(11月2日号)は10月22日(月)発売です

一部地域で発売日
が異なります

秘湯ロマンの裸身



ヘアヌード第2弾
三田羽衣の裸



森咲智美
Gカップ撮
橋本梨菜



秋のパズル月間 5号連続プレゼント企画

超難問 正解者10名様に5000円商品券が当たる
漢字ナンクロに挑戦

樋口可南子、長谷直美ほか
美しき女刑事
グラフィック

サンデーモーニング
唐橋ユミ
眼鏡を外した
頬寄せデート撮

死ぬまでSEX
死ぬほどSEX

週刊ポロ

アンコール特別掲載
国友やすゆき「X」濡れる名場面
パツイチ



2018 Oct.
10.26
定価430円

山口組 任侠 六代目 出戻り名簿流出で緊迫！

原 巨人軍終身名誉監督へ！
そして、反原派 大粛清が始まった

追悼 本誌だけに語っていた
豪快 輪島伝説



女の欲望 山口白集 セックス誘惑 体を許しました

「血圧130は高血圧患者」

来年春季から目標値がいきなり下がる

をどう考えるか

降圧剤飲むか 飲んだらダメか

40年ぶりの大改正
相続のことが変わる！
故人の凍結預金 が引き出せるようになる!!
死後も妻が安心して自宅に住める
特別寄与 介護すれば得する制度
生前贈与 は過去10年まで
配偶者居住権 拡大
密かに話題 三億円事件 真犯人小説の信憑性
日経平均1000円大暴落は、
消費税10%恐慌の前兆か

大反響 詳細情報

年金70歳支給時代で大損する人
持ち家 妻が年下 親と同居 病歴がこんなにならなくていい人