

H26. 4. 26

血圧の正常値を巡る議論



「健診」シリーズ⑧

検診で異常が見られれば病院を受診する。それは「嫌なこと」だと思っている人が大半でしょうが、検診のやりっ放しはいけません。事後処置が大切です。

軽い異常であれば「かかりつけ医」のアドバイスだけで改善することが大半です。問題は、食事や運動、禁煙に関するアドバイスを実行できるかどうかです。事後処置はセルフケアが土



長尾和宏 (ながお・かずひろ)
東京医大卒業後、大阪大第二内科入局。平成7年、尼崎市で「長尾クリニック」を開業。外来診療から在宅医療まで「人を診る、総著合診療を目指す。医学博士。近著「平穏死・10の条件」「胃ろうという選択、しない選択」はいずれもベストセラー。関西国際大学、東京医科大学客員教授。55歳。

検診結果をセルフケアに活かそう

高血圧を例に説明しましょう。現在、血圧の正常値を巡る議論が医学界で交わされています。日本高血圧学会の基準では、これまで140/90

以上(合併症のある人は、130/85以上)は高血圧とされてきました。しかし最近になって、日本人間ドック学会が150万人もの膨大な検診データを解析した結果、147/94までは正常であると発表したので。

わずかな違いに思えるかもしれないませんが、この血圧値の間にあてはまる人は実に多いです。従来の病院基準では「病人」だったのに、人間ドック学会の新基準では「正常」と判定される人がたくさん出てきます。

「病人」と「正常」では正

産業医 従業員が50人以上の事業所には、産業医の配置が義務づけられている。法律で定められた各種健康診断の結果判定や事後処置、職場巡回、安全衛生委員会への出席と助言、職員の健康相談など、労働者の健康を守るための活動を行う。

あれは「少し様子を見ましようか」ということになりまうが、20歳の場合は「すぐに詳しく調べて、対処しましよう」となります。

私は産業医としても、大勢の働く人たちの検診データをみる立場にいますが、検診や人間ドックの結果には「有所見率」というものがあります。ただし、がん検診で正常を大きく逸脱していれば、早急に医療機関を受診してください。軽微な異常値であれば、まず産業医や地域産業保健センターの相談医師、あるいは「かかりつけ医」などに相談してください。そうした相談に乗ることが町医者の仕事です。安易に薬を出して金儲けをしているわけではありませ

反対ですから、各医学会を中心にさまざまな見地から議論が始まっており、その行方を注目しています。

「血圧が高いほど脳卒中や心筋梗塞が増える!」。これは、紛れもない事実です。しかし、「正常」と「異常」を分ける線をどこに引くかは、実はとても難しい問題です。

年齢という要素も考慮しなければいけないと思います。同じ血圧140でも、60歳で

多くの検診項目でひとつでも異常を認めると「有所見者」という烙印が押されまうが、その割合は年代によって大きく変わります。ある職場検診の有所見率は、20歳代で20%、40歳代は60%、60歳代では80%を超えていました。60歳以上のほとんどの人に「病人」という烙印を押すのは実に忍びない思いです。高血圧や高コレステロールなど所見の多くは、加い、本シリーズを終えます。

ひまわり