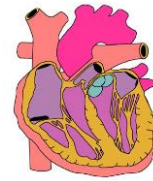


薬の豆知識



高血圧について

☆ 血圧とは？

血圧とは、心臓から送り出された血液が血管内を押し広げようとする圧力のことです。一般に上の血圧が140mmHg、下の血圧が90mmHg のどちらか一方でも超える場合を高血圧といいます。

☆ 高血圧を放置するとどうなるか？

高血圧自体は自覚症状が乏しいため、放置される場合がありますが、本当に恐いのは高血圧自体よりもそれに伴う合併症です。放置した状態が長く続くと、脳卒中、虚血性心疾患、網膜症、腎障害などが起こりやすくなります。高血圧以外に糖尿病、高脂血症、喫煙の習慣がある場合、心血管系のリスクはさらに高まります。

☆ 高血圧の治療の基本は『生活習慣の改善』です！！

高血圧と診断されてもすぐに降圧薬を使うとは限りません。重症でない限り最初の2～3ヶ月は薬を使わず、食事療法や運動療法などの生活改善を行ないながら血圧の変化を観察します。具体的には……

- 禁煙
- 過度の飲酒をしない
- 適度な運動
- コレステロールや脂肪の摂取を避ける
- 塩分制限
- 心身のストレスを避ける
- 肥満の場合は改善を！
- など

✚ これらを試みても目標血圧に至らない場合、内服薬が処方されます。現在、高血圧の治療薬として処方されている薬は多種多様です。主なものをあげると、『降圧利尿薬』、『交感神経抑制薬』、『カルシウム拮抗薬』、『レニン・アンジオテンシン系抑制薬』などです。

✚ 十分な効果が得られない場合、あるいは重症例では2～3種類の薬を併用することもあります。どの薬も医師の指示に従って服用してください。

✚ 降圧薬ではまれに薬の効きすぎによる、血圧の下がりすぎ（めまい、ふらつき、ひどいときには転倒、失神）が起こることがありますので、飲み始めの頃や、薬を増やしたときに現れやすいものです。一気に立ち上がったたりしないでゆっくりと動作しましょう。

✚ 血圧が下がってきたからといって勝手に服用をやめたりしてはいけません。もちろん薬を飲んでいてからといって食事療法や運動療法をおろそかにしてはいけません。



これらの降圧薬について説明します。

☆ 降圧利尿薬

当院で使われている薬：フルイトラン・ダイアート・ルネトロン・ルブラック・フロセミド・スピロラクトン・セララ

体内の余分な水分を塩分と一緒に排泄させる薬です。それにより、循環血液量が減るのでむくみがとれて血圧も下がります。同時に心臓の負担も軽くなります。

<裏面に続く>

☆ 交感神経抑制薬

- ① **ベータ(β)遮断薬** 当院で使われている薬：ビソプロロールフマル酸塩・セロケン・インデラル
心臓は交感神経によって働きが強くなります。この作用をやわらげることにより過剰な心臓の働きをおさえ、血圧を下げる薬です。高血圧以外にも狭心症や不整脈などに対して適応が認められている薬があります。
- ② **アルファ(α)遮断薬**
当院で使われている薬：エブランチル・カルテナリン
血管に作用する交感神経にある α 受容体を遮断し、血管を広げ血圧を下げます。高血圧以外に前立腺肥大症に伴う排尿障害の治療に使うこともあります。
- ③ **α ・ β 遮断薬**
当院で使われている薬：アロチノロール・カルベジロール
 α ・ β 両方の遮断作用をもつ薬です。アーチストは心筋症や心不全の治療に応用されることがあります。セオノマルは震えの治療にも使われます。

☆カルシウム(Ca)拮抗薬

当院で使われている薬：アムロジピン OD・ニフェジピン CR・セパミット R・アダラート
シルチアゼム塩酸塩 R・アゼルニジピン・アテレック

カルシウムは筋肉の収縮に必要なものです。Ca 拮抗薬は心臓や血管の平滑筋のカルシウムの細胞内への移動を妨げることによって筋肉の収縮を弱め、その結果血管を広げ、血流を改善する作用があるので高血圧症や狭心症の治療に広く使われています。

※【メモ】

- ・グレープフルーツジュースとの併用により、薬が効きすぎることがあります。詳しくは「薬の豆知識 No.14」をご覧ください
- ・カルシウム剤とカルシウム拮抗薬の併用は大丈夫か？
高齢者の女性に多い骨粗鬆症の予防に、カルシウム補給剤やビタミン D を飲んでいることがありますね。カルシウム拮抗剤は細胞内にカルシウムが入ってくるのを防いでくれますが、カルシウムの吸収や作用に影響を与えることはないと言われています。また、骨形成にも影響しないため併用しても大丈夫です。

☆レニン・アンギオテンシン系抑制薬

- ① **ACE 阻害薬**
当院で使われている薬：エナラプリルマレイン酸塩・タナトリル・コバシル
血圧を上げるホルモンが作られるのを抑えることにより血圧を下げる薬です。心臓や腎臓の負担を軽くする働きがあります。高血圧のほか、心不全、糖尿病性腎症の治療にも広く使われます。
- ② **アンギオテンシン II (A II) 受容体拮抗薬**
当院で使われている薬：バルサルタン・ロサルタンカリウム・ミカルディス・カンデサルタン・
オルメテック OD・アバプロ・アジルバ
ACE 阻害薬に近い薬です。血圧を上げるホルモンの作用を妨げることにより血圧を下げ、血流をよくさせます。心臓や腎臓の負担を軽くする働きがあります。ACE 阻害薬に多い『から咳』の副作用がほとんどありません。

