

## 「高血圧症についてーその1」

今年の冬は例年になく寒い日が続いていますが、皆様お変わりなくお過ごしでしょうか？寒いと体を動かすことが減り、お正月からおもちなど食べる機会が多く「体重が増えてしまいました」と言われる方が多いようです。また日本は昔から冬場に白菜の漬け物、塩鮭など塩分の濃い食品を摂ることが多く、血圧の値が気になるころですが、皆様はいかがでしょう？

今回は2回にわたり、「高血圧症の診断・治療」について日頃皆様から受ける疑問質問についてお答えします。



オアシス第一病院  
副理事長 日野尚子

？ **自宅で血圧を測るのにはどんな血圧計がいいか？**

→「指式」は不正確であることが確定しています。

「手首式」は、服を脱ぐ必要がないため簡便で普及していますが、2本の骨があるという手首の構造のため血流遮断を完全に行う事ができにくいことなどから、やはり不正確となることが多く、学会では推奨されていません。

やはり**上腕式血圧計**が良いようです。



尚、その場合、分厚いパジャマやセーターは袖だけ脱いで測って下さいね。

？ **右腕と左腕で血圧の値に違いがでた場合はどう考えたらいいか？**

→左右で違いがでることはよほどの病気でない限りほとんどありません。違いがでたら翌日は測る順を変えてみて下さい(右→左の次の日は左→右)。測定一回目か、二回目かという要因の方が大きいようです。何度測っても常に左右差がある場合は、**低い方の腕へ行く動脈に狭窄がある**ことが考えられ、その正確な診断が必要となります。

？ **血圧の上と下の数字が近いと悪い？**

→若年～中年期までは上の血圧(収縮期血圧)、下の血圧(拡張期血圧)の値それぞれが将来の心臓・脳血管の病気の起こりやすさと関係しています。(上の血圧の影響の方がより大)

これに対し高齢者では動脈の壁が硬くなっていくため心臓の拡張期に動脈の中に血流を保つ働きが落ちてきて下の血圧が下がってきます。そのため上の血圧と下の血圧の差(脈圧)が大きくなってきます。

一般に上下の差が大きい方が動脈硬化が進んでいると言えます。**高齢者では上の血圧が高い程また脈圧が大きい程、血管の病気になりやすい**ことがわかっています。ですから「血圧の上と下が近いと悪い」ということは高齢者では間違いです。

(5月1日発行分へつづく)

部署紹介・その13 **臨床検査科**

臨床検査技師って??と思われる方が大半だと思います。臨床検査技師とは、血液や尿、便などの検体を使って検査をしたり、心電図、呼吸機能などを患者さんに直接接触して検査します。

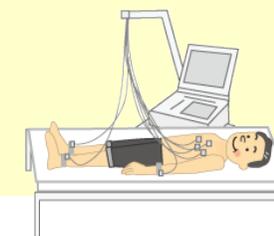
炎症反応の数値(CRP など)が…白血球数が…と診察の時に耳にすることがあると思います。この測定をしているのが私達です。コレステロール、γ-GTPなどの言葉を聞く事もあると思います。これらの検査項目は、検査センターへお願いし、測定して貰います。臨床検査の仕事は多岐にわたるので、院内で行う検査と外注(検査センター)検査とに分けています。

心電図検査は、両腕、両足、胸に電極を付けて記録します。呼吸機能検査は、息を吸ったり吐いたりし肺活量を調べます。これらのデータは医師に提供され、病気の診断や治療に役立っています。

臨床検査科では、臨床支援という形からではありますが、患者さまへのより良い医療の手助けになれるよう、迅速で正確な情報の提供を心がけています。



臨床検査科主任 甲斐佳代



お問い合わせ  
医療法人善昭会

オアシス第一病院

〒870-0103 大分市東鶴崎3丁目3-19

電話 097-527-2211 Fax 097-522-0511

