

## ～ 血圧 Q&A ～

### Q1. 血圧測定で何がわかるの？

A

血圧とは、心臓のポンプ作用によって全身に血液が送り出されるとき、血管に与える圧力のことです。心臓が血液を動脈に送り出す圧力を『収縮期血圧』または『最高血圧』といいます。これに対して心臓が元に戻り、血液をためる間の血圧を『拡張期血圧』または『最低血圧』といいます。血圧測定することで、高血圧になっていないかを調べます。高血圧は動脈硬化に伴って起こる脳卒中や心臓病の重要な危険因子となるため、血圧測定はこのような病気を予防するためにも重要な指針として使われます。

### Q2. 血圧の値、どこからが高血圧？

A

高血圧治療ガイドラインでは最高血圧 130 未満、最低血圧 85 未満を正常範囲としています。ただし、血圧は変動が大きなものです。また健診に来た時だけ血圧が上がる「白衣高血圧」の場合もあります。本日の血圧だけですぐに治療が必要とは言い切れませんので、まずは家庭血圧を測定しましょう。

### Q3. 血圧の薬を飲まずに健診を受けたら高くなるのかな？

A

薬の種類によっては、朝のお薬を飲まないで日中の血圧が高くなる場合もあります。また一度だけの測定で判断するのではなく、ご自宅で測定することも大切です。

### Q4. 健診の前に、血圧の薬は飲んでもいいの？

A

血圧のお薬に関しては、健診日の朝、少量のお水で飲んでいただいて構いません。糖尿病のお薬などは、食事を抜くことで低血糖を起こす場合もありますので、かかりつけ医の先生にご相談ください。