

血圧値の分類(成人血圧、単位はmmHg)

Table with 4 columns: 分類, 診察室血圧 (収縮期血圧, 拡張期血圧), 家庭血圧 (収縮期血圧, 拡張期血圧). Rows include 正常血圧, 正常高値血圧, 高値血圧, I度高血圧, II度高血圧, III度高血圧, and (孤立性)収縮期高血圧.

診察室血圧値による血圧分類は、降圧薬を服用していない状態で、少なくとも2回以上の異なる機会における血圧値によって行う。各機会における血圧値は、1~2分の間隔をおいて複数回測定し、安定した値(測定値の差が5mmHg未満を目安)を示した2回の平均値とする

(JSH2019から引用)

⑦0 血圧値の分類と高血圧の基準

人生100年時代の健康管理 桐生学 桐生大学短期大学部副学長 山科章



【プロフィール】広島県生まれ。1976年広島大学医学部卒業後、聖路加国際病院内科勤務。99年東京医科大学循環器内科主任教授。2020年5月から現職。総合内科専門医、日本循環器学会専門医、前日本循環器病予防学会理事長。

これまで心臓からの血液拍出によって生じる動脈内の拍動が動脈壁を内側から押す力が

血圧だと説明しました。血圧の単位がmmHg(水銀柱)なのは水銀が最も重い液体(比重13.6)であり、血圧120mmHgは血液を約1.6g押し上げる力に相当することを紹介しました。高過ぎれば血管への負担が大きくなるのが想像されますが、血圧の基準はどのように決め

日本高血圧学会による2019年の高血圧治療ガイドライン(JSH2019)では、診察室での血圧について、正常血圧は120/80未満、高血圧は140/90以上と定義しています。

その根拠は、多くの疫学研究(地域社会や特定の人間集団を対象として、病気の発生状況などの頻度や分布を調査し、その要因を明らかにする医学研究)に基づいています。脳卒中や心筋梗塞などの脳心血管病の発生率や死亡率は120/80未満で最も低く、140/90g以上になると明らかに高いからです。

正常血圧と比べると、120/129/80/84、130/139/85/89の順に脳心血管病の発生率が高いことが疫学研究で分かっています。前者を正常高値血圧、後者を高血圧と分類しています。同じ高血圧でも血圧が高いほど、リスクが上がるので、表のように収縮期(最高)血圧と拡張期(最低)血圧の組み合わせでI度、II

度、III度と分類しています。第68回で紹介したように動脈壁が硬くなる高齢者では拡張期血圧が低くなることがあります。一般的に、家庭血圧は診察室血圧より5程度低く、正常家庭血圧は115/75未満と定義されています。疫学研究でも家庭血圧によるこの分類は妥当であることが証明されています。

◆毎週月曜連載 桐生大学・桐生大学短期大学部副学長の山科章さんは、同大学医療保健学部の学生などに講義も開講している。

保健・福祉

Table showing infection statistics for various diseases in Gunma Prefecture. Columns include Disease Name, 3 weeks prior, 2 weeks prior, 1 week prior, and current week.

一人ひとり考えて行動を 学校はそれぞれ夏休みに入ったと思いますが、新型コロナウイルスの感染拡大が収まらず、楽しむことがなかなか難しい状況になってしまいました。流行の第7波により群馬県内では毎日2000人近くの陽性者が出ているようです。行動規制をしないという国の方針もあり、人の流れは抑えきれないようです。家族内感染による小さな子どもの感染も増えています。

はやってる病気は? このところ手足口病が桐生地区で多くみられるようになってきました。感染性胃腸炎なども流行してきているようです。なので、飲食にも気を付けてください。(25日、桐生市医師会)

広告 「STOP! 突然死」——。桐生タイムス 心肺蘇生・AED事業 協賛各社

Large advertisement for AED installation. Includes logos for AED, and contact information for various organizations: 梅の郷, 株式会社青姫, デイサービス 田福庵, 内科・小児科 志鳥クリニック, DARWIN ほけんの窓口, 株式会社 アイホケン, 桐生中央商店街, 会員募集中 フィットネス施設 体験無料 スポーツクラブ 山前, あすかホールグラウンドゴルフ場, 武藤接骨院, 和膳 TATSU KICHI.