

# 健康 コラム

## 「治る病気」と「治らない病気」



秋田厚生医療センター  
循環器内科 医師

さいとう たかし  
齊藤 崇

■高血圧は誰でも罹る一番多い病気です

平成30年の国民健康・栄養調査で65〜75歳では男性の78.2%、女性の64.4%が正常高値血圧(130-139/80-89)以上、つまり高血圧ないしその予備群であったとされています。この集計には血圧の治療をしていて血圧が正常化した人もはいつていますから実際の高血圧患者比率はもっと大きな数字ということとなります。また、60-69歳の男性の39.0%、女性の27.7%が降圧剤を服用しているとの集計もあります。そうすると単純計算で実は高血圧患者の半数しか治療されていない可能性がある(つまり、きちんと治療している)人となると高血圧学会の調査ですとそのまた半数とされています。

■血圧は年齢とともに上昇します

血圧は加齢と密接に関連しており、残念ながら年齢とともに上昇します。120/80以下の「至適血圧」という区分の方は70代以上では男女とも10%以下とされており、一握りの人(フィジカルエリート)を除いてはほぼ全員高血圧になるといっても過言ではありません。老化の表現ですから、言い過ぎかもしれませんが、顔のシワなどと同じで要は多少の差はあっても、早いか遅いかの問題と考えると、いいような気がします。

■高血圧は「治らない」? 「薬を飲み始めるとやめられない」?

治療を始めようかという時に「薬を飲み始めると辞められないから飲みたくない」と言われたり、治療をしていて血圧コントロールが良くなつてくると、「そろそろ薬をやめてもいいですか?」と聞かれたりすることが時々あります。そんな時は酷いようですが、「高血圧は治らない病気です」「治らない病気だから薬もやめられないのです」と応えることにしています。それからおもむろに説明するのですが、病気には残念ながら「治る病気」と「治らない病気」があります。それは決して「軽い病気」と「重い病気」という意味ではなく、病気の性格が違うのです。がんばっても手術をしたり、最近では抗がん剤治療が進み、「治る」ことも多くなってきましたし、「肺炎」「膀胱炎」「胆嚢炎」などの細菌による感染症や「ウイルス肝炎」なども抗生物質や抗ウイルス薬で「治る病気」になってきました。やっかいなのは慢性疾患、特に高血圧、糖尿病、脂質異常などの生活習慣病といわれる病気です。これらの病気は病気のなりやすさに係わる遺伝素因、長年にわたる生活習慣、そして加齢が密接に絡み合っただけで起る病気です。特に高血圧は先に述べたように加齢・老化の要素が大きい故に「治す」ことは困難ですが、その代わり「治める(コントロールする)」ことができる病気です。老眼を眼鏡で視力矯正するのと同じ、着ければ見えるけれど、はずしたら見えなくなる、眼鏡をかけるのと同じように薬で血圧をコントロールしていく、薬と長くつきあっていかな

ちやいけない病気なんですよ、というような説明をしてやっど7割くらいの人がかつてくれます。残りの方はその時わかって後で忘れてしまったり、わかってもらえなかったりです。

■高血圧は無症状です!

頭が痛い、めまいがするという時に血圧を測ると高いのに驚き、アタツてしまうのではないかとあわてて救急を受診する患者さんも多いのですが、9割以上の場合、原因と結果が逆で、頭が痛いなどの症状自体や不安・恐怖が血圧を上げていることがほとんどです。「血圧の凶人症候群」あるいは「パニック高血圧」ともよばれ、こうした場合は血圧を下げる薬を飲んだりするのは無意味どころか、危険とされています。そもそも原因が血圧ではないからです。今の血圧の薬は一日1回ないし2回の長時間作用型のものがほとんどで、効いてくるのに時間がかかる一方、降圧作用が長時間続くためパニックが過ぎ去って血圧が正常化してから強力な降圧作用が現れて脳循環を却って悪くすることもあるからです。本当に血圧のための症状が出た時は脳卒中、心筋梗塞、大動脈瘤などが起きた時です。そうならないため、無症状の時からきちんと治療して戴きたいと思えます。高血圧、糖尿病、脂質異常など生活習慣病はみなそうですが、リスクを最小限にするための治療なのです。