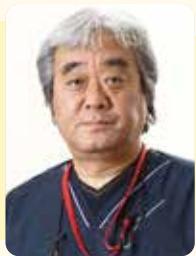


健康コラム

「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

■ 高血压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歳では男性の78.2%、女性の64.4%が正常高値血压(130-139 / 80-89)以上つまり高血压ないしその予備群であったとされています。この集計には血压の治療をしていて血压が正常化した人もはいっていますから実際の高血压患者比率はもっと大きな数字ということになります。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压患者の半数しか治療されていない可能性があり、さらに治療目標値を達成している(つまり、きちんと治療している)人となると高血压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

血压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「至適血压」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压になるといつても過言ではありません。老化の表現ですから、言い過ぎかもしれないが、顔のシワなどと同じで要は多少の差はあつても、早いか遅いかの問題と考えていい気がします。

■ 高血压は「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、治療をしていて血压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。そんな時は酷のようですが、「高血压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。がんであつても手術をしたり、最近では抗がん剤治療が進み、「治る」ことも多くなつてきましたし、「肺炎」「膀胱炎」「胆囊炎」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」になつてきました。やっかいなのは慢性疾患、特に高血压、糖尿病、脂質異常などの生活习惯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、長年にわたる生活习惯、そして加齢が密接に絡み合つて起きてくる病気です。特に高血压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」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、はづいたら見えなくなる、眼鏡をかけるのと同じように薬で血压をコントロールしていく、薬と長くつきあつていかなく

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つと7割くらいの人がわかつてくれます。残りの方はその時わかつても後で忘れてしまったり、わかつてもらえないことがあります。

■ 高血压は無症状です!

頭が痛い、めまいがするという時に血压を測ると高いのに驚き、アタつてしまふ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・恐怖が血压を上げていることがほとんどです。「血压の囚人症候群」あるいは「パニック高血压」ともよばれ、こうした場合は血压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。そもそも原因が血压ではないからですし、今の血压の薬は一日1回ないし2回の長時間作動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、パニックが過ぎ去つて血压が正常化してから強力な降圧作用が現れて脳循環を却つて悪くすることもあるからです。本当に血压のための症状が出た時は卒中、心筋梗塞、大動脈瘤などが起きた時ですからそうなつたらもう遅いのです。そういうならないため、無症状の時からきちんと治療して戴きたいと思います。高血压、糖尿病、脂質異常など生活习惯病はみなその最小限にするための治療なのです。