

お薬のしおり

高血圧とくすり

No.124 (H24.6)

東京医科大学病院 薬剤部

血圧とは、心臓から血液が全身に送り出される時に血管にかかる圧力のことをいいます。では、どのくらいの値が高血圧になるのでしょうか？日本高血圧ガイドライン 2009 によると、診察室で測定した血圧が 140（収縮期）/90（拡張期）mmHg 以上、家庭で測定した血圧が 135（収縮期）/85（拡張期）mmHg 以上が高血圧とされています。

高血圧が続くと、血管に大きな負担がかかり、全身の様々な血管に障害が起きます。例えば、動脈硬化が起こると、血管の壁が厚くなり、血液の流れが悪くなってしまい、さらに高血圧がひどくなるという悪循環が起こってしまいます。さらに障害が進むと、心筋梗塞、脳出血、脳梗塞などの合併症を起こす可能性があります。これらを未然に防ぐためにも、適切な血圧を保つことが重要です。

高血圧の治療は、生活習慣の改善と薬物療法が中心となります。まず、生活習慣の改善のポイントは、(1) 塩分を控える、(2) お酒を控える、(3) 適度な運動を行う、(4) 適正体重を維持する、(5) 脂肪分を控える、(6) 禁煙する、という6項目が挙げられます。自分なりに目標を立てて、できることから取り組んでいきましょう。血圧の目標値は、年齢や合併症によって異なりますが、40代の方では診察室での血圧が 130/85mmHg 未満、家庭での血圧が 125/80mmHg とされています。糖尿病や慢性腎臓病、心筋梗塞がある方はこれよりも目標値が低くなります。

生活習慣の改善だけでは血圧のコントロールが不十分である場合、薬による治療が必要になります。それでは次に、高血圧の治療薬について紹介していきます。主な高血圧の治療薬は以下の5種類に分類されます。

◇アンジオテンシンⅡ受容体拮抗薬（ARB）；アンジオテンシンⅡとは、血管を収縮させ、血圧を上昇させる作用を持つ生理活性物質です。ARB薬は、このアンジオテンシンⅡ



の作用を抑えることで血圧を下げます。

また、血圧を下げるだけではなく、糖の代謝の改善や、心臓や腎臓の保護なども期待されるため、糖尿病や腎障害、メタボリックシンドロームの方などに積極的に使われます。主な副作用としては、軽い動悸やめまいなどがあります。（商品名；プロプレス、ディオバン、ミカルディスなど）

◇アンジオテンシン変換酵素阻害薬；血圧を上昇させる生理活性物質であるアンジオテンシンⅡが作られるのを抑えます。主な副作用としては、空咳やのどの違和感、むくみなどがあります。

（商品名；カプトプリル、レニベース、エースコールなど）

◇カルシウム拮抗薬；血圧上昇の原因となる、血管の筋肉へのカルシウムの流入を抑え、血管を拡張させます。主な副作用としては、顔のほてり、むくみ、頭痛、動悸、便秘などがあります。

（商品名；アダラート、ノルバスク、コニール、カルブロックなど）

◇β遮断薬；心臓にあるβ受容体に働き、心拍数を抑えます。脈拍数が多い方や狭心症などの心臓の病気がある方に積極的に使われます。主な副作用としては、脈拍数が少なくなる、手足の冷えが出ることなどがあります。

（商品名；ミケラン、テノーミン、メインテートなど）

◇利尿薬；尿へのナトリウム（塩分）の排出を促し、長期的には血管の壁のナトリウムを減らし、血管を拡張させます。薬の影響で尿の量が増えるため、トイレの回数が増えることがあります。主な副作用としては、低カリウム血症、血糖値が下がりにくくなる、尿酸値の上昇などがあります。

（商品名；ラシックス、フルイトラン、アルダクトンなど）

◇配合剤；最近では、2種類の血圧の薬の成分を組み合わせた配合剤が増えてきています。ARBとカルシウム拮抗薬の配合剤や、ARBと利尿薬の配合剤があります。2つの成分が一緒に作用することで、十分血圧が下がるようになります。また、心臓や腎臓の負担が軽くなる効果を期待できます。

（商品名；エカード配合錠HD、プレミネント配合錠、ミカムロ配合錠AP、ユニシア配合錠HDなど）

このように、血圧を下げる薬には多くの種類があり、それぞれの作用や使用目的が異なります。患者さんの血圧の状態や年齢、合併症の有無などから適切な薬を選択することが重要です。お薬のことで何か不安なことや疑問がある場合には、担当の医師又は薬剤師までご相談ください。