



読者からの質問、疑問に
お答えするコーナーです。

今回は「高血圧の治療」について、

お二人の先生にお答えいただきました。

—高血圧の治療全般—

千葉原医師会編集広報委員

篠宮^{しのみや}正樹^{まさき} 医師

Q 高血圧の治療・根治について
教えてください。

A 高血圧が根治するかは、その原因によります。また肥満や運動・

食生活をどう改善させるかにもよります。

「血圧の薬は、一度飲み始めると止めら

れないそうですね？」という質問も受けますが、これは勝手な薬の中断を戒めるものだと思います。

まず、『本当に高血圧なのか？』を明らかにする必要があります。これには、家庭での血圧測定をお勧めします。上腕にカフ（腕帯）を巻いて測定する血圧計を購入しましょう。家庭血圧のほうが、脳梗塞や、心筋梗塞をおこす危険の予測に有用とされています。医師の指示に従って記録して、判定してもらいましょう。血圧計と体重計はあなたの健康を映し出す鏡です。

高血圧の原因はさまざまです。甲状腺や副腎の病気などによって高血圧になるものでは、原因の病気を治療することで高血圧が治る可能性があります。他の原因がないものを、本態性高血圧と呼びます。遺伝的に高血圧になりやすい人もいますが、年齢を重ねて血管が柔軟性を失うと血圧は高くなります。それでも、指導のもとでのストレス対策・肥満の改善・塩分制限・運動などで血圧が下がり

ます。薬が不要となるまで改善する可能性もあります。

心筋梗塞や脳梗塞・脳出血を起こしてしまった方は、そうでない人よりも再度発症しやすいので、血圧が高ければ、努力して下げてください。

いま現在、高血圧の弊害がどの程度起きているかは、動脈硬化の程度（心電図検査・眼底検査や血管年齢の測定などで推定できます）と、糖尿病や高脂血症などがあるかも併せての判断で、適切な薬を選んでもらいましょう。薬の服用が始まっても、暴飲暴食では血圧は改善しませんし、他の病気も防げません。

一方、季節によって薬を増減できる人もいますが、自己判断は危険です。それは、血圧の薬がスーパーでは売っていないことから分かります。高血圧は症状がなくても突然、脳梗塞・心筋梗塞を起こす可能性もありますので、しっかりと予防しましょう。



漢方薬での治療

千葉県医師会

秋葉哲生 医師

述べたような結論に落ち着いたわけです。

Q どのような漢方薬があるのでしょうか？

A ここでご紹介するのはごく一部に限られることをあらかじめ申し上げます。

軽症の高血圧の初期に用いられるものに、柴胡加竜骨牡蛎湯や大柴胡湯があります。血圧のみならず、動悸や不眠、肩こりなどにも改善が期待されます。

顔色がわるく、手足も冷えやすい方に用いられるのが、八味地黄丸や七物降下湯です。これらは、軽い腎障害などがある場合にも服用することができます。

近年評価が高いのが抑肝散よくかんさん（あるいは抑肝散加陳皮半夏よくかんさんかちんぴはんげ）です。もともとは小児のカンの虫の薬でしたが、大人のカンの虫症状（すなわち認知症など）に有効であることが判明し、急速に普及しました。釣藤鈎つりとうこうという同じ生薬を

含む釣藤散つりとうさんも認知症に有効との※エビデンスがあります。釣藤散という生薬は血管拡張作用があつて、単独でも軽度の降圧効果が知られています。

※この薬や治療方法がよいといえる証拠

Q 根治することはないのでしょうか？

A 通常の本態性高血圧症は、残念ながら根治することはできません。

高血圧症の治療の目的は動脈硬化の進行による脳、心、腎などの致命的な臓器障害を予防することです。脳卒中などは重篤な後遺障害を残すことがあり、それらの予防のためですから、生涯を通じて治療が必要になるわけです。

Q 高血圧症は漢方で治療することができるとは、どうでしょうか？

A 漢方薬の降圧効果は極めて軽微なものです。したがって、漢方薬で高血圧症の治療を行うことはお勧めできません。しかし血圧は、その時点での精神状態によって大幅に変動します。このような過剰ともいえる精神変動を眠気なしに安定させたり、血圧に付随するひどい肩こりを緩和したりすることなどは、漢方薬の得意とする所ですので、大いに活用していただきたいと思えます。

昭和51（1976）年に多数の漢方製剤が薬価基準に収載されて以来、漢方研究家は直接の降圧効果を狙って、いろいろと試行錯誤しました。その結果、さきに

