

# キタバ



## 第58回 通信

### 高血圧のおはなし

60歳以上で6割、70歳以上で7割以上の方が、高血圧と診断されています。薬局でも毎日、高血圧の患者様とお話させていただきます。

今回はよくうける質問についてお話させていただきます。

☆高血圧って？どれくらい下げたらいいの？いつ測定するの？

通常、収縮期血圧(上)140mmHg以上、拡張期血圧(下)90mmHg以上が、慢性的に続く高血圧と診断されます。治療が開始されますが、高齢者や合併症(糖尿病や腎臓病)の患者様ごとに目標値が違います。また、診察室内での血圧と家庭血圧でも違います。そこで大事なのが、毎

日の血圧測定なのです。人の血圧は常に変動します。そこで、測定する時間、測定する場所を決めておきましょう。

血圧は、原則2回測ります。朝は起きてから1時間以内に排尿すませて。夜は、就寝前に。どちらも1〜2分座つて安静にして測りましょう。

時々、いつもより高い値が出る時もあります。一喜一憂せずに記録し、診察時に医師に記録を見せて判断してもらいましょう。

治療による目標血圧値(単位mmHg)		
	診察内の血圧	家庭内の血圧
74歳未満	140/90未満	135/85未満
75歳以上	150/90未満	145/85未満
糖尿病腎臓病患者	130/80未満	125/75未満

☆高血圧だとなぜいけない？  
血圧下がってきたから薬やめてもいい？

血圧が高い状態が続くと、血管に負担がかかり動脈硬化がおこりやすく、心筋梗塞、脳梗塞などの合併症を発症しやすくなります。今は自覚症状ないですが、合併症予防と思つて治療をづけましょう。注意することは、高血圧の薬をのんで、血圧さがってきたからといって途中で勝手にやめないことです。血圧の薬は色々な種類があり、患者様に合ったお薬を医師は選択しています。もし疑問があれば、医師に相談したり、私たち薬剤師にも相談してくださいね。

キタバ薬局 薬剤師

#### ●キタバ薬局

- メディカルスクエア店 富田林市向陽台2-1-12 0721-28-7423
- 津々山台店 富田林市津々山台2丁目10-1-104 0721-40-2267
- 河内長野店 河内長野市西之山町7-2 0721-50-0085
- 金剛西口店 大阪狭山市半田1丁目622-1 072-366-0131
- 西山台店 大阪狭山市西山台3-5-16 072-365-0399
- くみの本店 大阪狭山市菜葉木4-372-10 072-360-2101

#### ●キタバ

- エコー・ロゼ店 富田林市向陽台3-1-1 0721-28-3654
- 向陽台店 富田林市向陽台2-1-12 0721-28-3479
- 河内長野店 河内長野市西之山町7-2 0721-50-0016

ホームページは

キタバ薬局

検索

がでます。そこで大事なのが、毎

竹中 泰子