

血圧測定法いろいろ

1733年ハーレス(英)が、馬の頸動脈にガラス管を突き立て血液が上る高さを測ったのが最初(直接法)。1896年リバロッチ(伊)が、上腕に巻いたカフの圧を上げて、手首の脈が触れなくなるカフ圧が最高血圧であることを発見(触診法)。1905年コトコフ(露)が、カフ圧を変化させて血流音を聞き最低血圧も測れる聴診法を発表、以後の標準測定法となった。電子(自動)血圧計では、カフ圧を変化させ動脈拍動の振動を測るオシロメトリック法が使われる。最近流行のスマートウォッチの多くは、緑色LEDを照射し、血液の反射光から心拍数や血流量を測り、経験値から血圧らしき数値を示すが、医療機器ではなく信頼性はない。

健康 ♪ 外来ニュース

高血圧いろいろ

血管壁に加わる血液の圧力が血圧です。成人の男性の60%、女性の40%が高血圧で、正常血圧の人と比べて2-3年短命とのこと。高血圧とは、収縮期/拡張期の血圧(単位: mmHg)が診察室血圧で140/90以上、家庭血圧(起床後1時間以内と就寝前の2回測定)で135/85以上。正常血圧は診察室120/80未満、家庭115/75未満です。24時間自由行動下血圧を測定(ABPM)すると高血圧のタイプが分かります。

●**白衣高血圧**: 診察室では高血圧を示すが、診察室以外では血圧が正常なもの。一時的な精神的ストレスが原因ですが、いずれ持続高血圧に進行する可能性があります。

●**仮面高血圧**: 診察室では血圧が正常ですが、診察室以外で高血圧を示すもの。3タイプがあり①夜間高血圧: 夜間の血圧が、通常は昼間より10-20%低下する(dipper)のに対して、あまり低下しない(non-dipper)か、昼間より上昇する状態(riser)。自律神経障害、睡眠時無呼吸などが関与。②早期朝高血圧: 朝方や起床時に血圧が急上昇する状態(モーニングサージ)。飲酒、喫煙、加齢などが関与。③昼間高血圧: 昼間に頻回に135/85以上に上昇。職場や家庭のストレスが関与。

高血圧の90%が基礎疾患がない本態性高血圧で、残り10%が原発性アルドステロン症などの病気が原因の二次性高血圧です。**高齢者の高血圧**は、収縮期血圧が高く、脈圧(収縮期と拡張期の圧差)が広がり、血圧の変動が大きく、白衣高血圧、non-dipper、モーニングサージが起きやすいのが特徴です。

mmHg(ミリメートル・エイチ・ジー)とは何か?

水銀(Hg)を何ミリ押し上げるかの圧力の単位。比重が水銀13.6に対し血液1.05なので、血圧135/85mmHgは1748/1101血液と計算されます。血液を1m75cm~1m10cmも吹き上げる圧力が常に血管にかかっているわけです。以前は病院でよく見かけた水銀血圧計(2020年末製造中止)、水銀に代えて水を使うと、高さ2m程の巨大な計器になってしまいます。



医療法人 祥佑会

藤田胃腸科病院

〒569-0086 高槻市松原町17-36

TEL 072-671-5916

FAX 072-671-5919

健康 ♪ 外来

水曜日 14:00~17:00(要予約)

担当: 中嶋