

かとうファミリー通信 第25号



発行日：令和元年6月1日 発行人：かとうファミリークリニック

令和元年の高血压治療②

前回に引き続き、新しい高血压ガイドライン(JSH2019)を読み込んでいきます。

● 高血压治療の真の目的とは
数値がただ下がれば良いというわけではなく、健康で長生きできる、つまり高血压によって引き起こされる様々な病気を予防するというのが治療の目標になります。具体的には脳出血や脳梗塞・心筋梗塞や心不全・腎不全・大動脈瘤や大動脈解離といった脳・心臓・腎臓・血管の病気です。そのために個々の患者さんの背景によって血圧の治療目標値「降圧目標」が定められています。

● 降圧目標はより厳しく
下の表のように高血压症以外の患者さんの背景によって目標値が決まっていますが、今回のガイドラインでは75歳未満ではほとんどの方が「130/80mmHg未満」を目標に治療を進めていくように、と変更されています。これは欧米を中心とした大規模臨床研究において、より低い目標値を達成した集団(厳格降圧群)がそうでない群よりも心血管病の発生が少なかった、という結果に基づくもので、血圧は低いほど良い(The lower, the better)を示したものと言えるでしょう。

降圧目標の改訂と薬物治療強化

JSH2014	診察室血圧	JSH2019	診察室血圧
若年、中年、前期高齢者患者	<140/90	75歳未満の成人※ 脳血管障害患者 (両側頸動脈狭窄や脳主幹動脈閉塞なし) 冠動脈疾患患者 CKD患者(蛋白尿陽性) 糖尿病患者 抗血栓薬服用中	<130/80
後期高齢者患者	<150/90 (忍容性があれば140/90未満)		
糖尿病患者	<130/80		
CKD患者(蛋白尿陽性)	<130/80	75歳以上の高齢者 脳血管障害患者 (両側頸動脈狭窄や脳主幹動脈閉塞あり、または未評価) CKD患者(蛋白尿陽性)	<140/90
脳血管障害患者 冠動脈疾患患者	<140/90		

※未治療で130-139/80-89mmHgの場合、低・中等リスク患者では生活習慣の修正を開始または強化、高リスク患者ではおおむね1カ月以上の生活習慣の修正にて降圧しなければ薬物治療の開始を含めて最終的に130/80mmHg未満を目指す。既に降圧治療中で130-139/80-89mmHgの場合、低・中等リスク患者では生活習慣の修正を強化し、高リスク患者では降圧治療の強化を含めて130/80mmHg未満を目指す。

● クリニカル・イナーシャを排除する
今回のガイドラインの中に「クリニカル・イナーシャ」という聞き慣れない言葉を見つけました。日本語では「臨床的惰性」と訳されることもあるようですが、よくわかりません。簡単に言うと、治療目標を達成していないにもかかわらず「まあ、こんなものでしょう」と医者も患者さんも惰性で不十分な治療を継続してしまう現象のことだそうです。なかなか耳の痛い話ですが、常に現在の治療が適切かどうかを意識しながら診療を行う、ということをお心に銘じていきたいと思えます。

● ガイドラインをどう診療に活かすか
とはいえ血圧というものは、測定環境や患者さんそれぞれの血圧の変動性・生活パターンなどで時々刻々と変化するものですから、ガイドラインを十分に理解しつつ柔軟に適応していく…これこそAI診療では成し遂げられない、総合内科専門医・循環器専門医としての技量の見せどころではないか、と思いを新たにしています。

おかげさまで2周年

おかげさまで5月15日に開院2周年を迎えることができました。

初心を忘れず引き続き「みんなが笑顔になるクリニック」をめざしてスタッフ一同精進してまいります。今後ともよろしくお申し上げます。



一宮市特定健診 後期高齢者健診
がん検診
ご予約受付中です