

平成 14 年 7 月 1 日

前回に引き続き高血圧についてのお話です。

今回は『高血圧に使われる血圧を下げる薬（降圧薬）』について説明します。

高血圧治療の手順

高血圧を治療するのにもいきなり薬を飲むという訳ではありません。治療の手順としては、
血圧測定

職場や地域での定期健診や医療機関で血圧を測定します。

もし高血圧が疑われたならば、医師による評価や指導を受ける必要があります。高血圧治療の必要性和治療法は血圧の値のみでなく、合併症の有無やその種類によって異なりますので、正常血圧の範囲だから大丈夫ということでもありません。自己判断は禁物です。

↓ 高血圧となれば...

生活習慣の修正

降圧薬治療

となります。

生活習慣の修正は前回お話しした通りですが、これを行なうことにより血圧が下がるだけでなく、心臓や血管の病気になる割合が減ります。生活習慣の修正のみで血圧が十分に下がらない場合において、薬物療法を開始します。また、降圧薬治療を行なっている方も、降圧薬の量を減らすことができるので、生活習慣の修正は継続して行うことが重要です。

治療法の選択には、医師による判断が必要です。必ず医療機関を受診して下さい。

降圧薬にはどのようなものがあるか知っていますか？

* カルシウム (Ca) 拮抗薬

主な商品名：アダラートL、アムロジン、カルスロット、コニール、アテレックなど

効き方：血管の中に筋肉があるのですが、この血管の筋肉の細胞内にカルシウムが入ってくると、筋肉が縮みます。すると血管が収縮して血圧が上がるのです。カルシウム拮抗薬は、カルシウムが血管の細胞内に入り込むのを抑えて血管の筋肉を緩めます。その結果、血管を拡げて血圧が下がります。

特徴：血圧をよく下げ、重篤な副作用や禁忌が少ない薬です。そのため、わが国で一番よく使われている降圧薬となっています。副作用の中で最も多いのは、心臓がドキドキしたり、顔がほてって赤くなったり、頭が痛くなったりすることで、服用後30分から1時間で起こることが多いです。いくつかの薬はグレープフルーツやグレープフルーツジュースと一緒に服用すると、薬が効きすぎることがあります。

* アンジオテンシン変換酵素 (ACE) 阻害薬、アンジオテンシン 受容体拮抗薬

主な商品名：【ACE阻害薬】レニベース、インヒベース、エースコール、カプトリルなど

【アンジオテンシン 受容体拮抗薬】ニューロタン、プロプレス、ディオバンなど

効き方：血管を収縮させて血圧を上げるホルモンの一つにアンジオテンシン があります。アンジオテンシン は、血管の筋肉の細胞にある受容体と言われるところにくっついて血管を収縮させることで血圧を上げます。ACE阻害薬はこのアンジオテンシン が作られるのをおさえる薬で、アンジオテンシン 受容体拮抗薬は、アンジオテンシン が受容体にくっつくのをじゃますることで血圧を下げる薬です。

特徴：心臓や腎臓の働きを改善したり、悪くなるのを防いだりする作用があるため、最近ではこれらの薬から治療を始める割合が増えています。

【ACE阻害薬】重い副作用はまれです。一番多い副作用には咳があります。咳といっても痰がからんでするような咳ではなく、痰のない空咳といわれるものです。その他、頭痛、めまい、かゆみや皮膚の発疹がでることもあります。

【アンジオテンシン 受容体拮抗薬】重い副作用はあまりありません。多い副作用は血圧が下がり過ぎた時に起こる頭痛、めまい、ふらつき、脱力、吐き気です。ACE阻害薬で起こる咳は、この薬ではほとんどありません。

* 利尿薬

主な商品名：ラシックス、アルダクトンA、フルイトラン、ダイアート、ルブラックなど

効き方：体の中の塩分が濃くなると体は薄めようとして水分を余計にとることになります。すると体液の量が増え、体の中を流れる血液の量も増えることになります。その結果、血管が圧迫されて血圧が上がります。利尿薬は、腎臓の各部位に働いて体内の余分な水分やナトリウムなどの電解質といわれるものを体外へ尿として出すため、尿量が増えてむくみがとれることで心臓の負担が軽くなることで血圧を下げます。

特徴：最近の使用頻度が少なくなっています。通常は、服用後に尿の出が良くなるので眠れなくなることもあり、夜は服用しません。副作用としては、利尿薬の種類によっては脈が乱れたり、お腹が張ったりすることがあります。

* 交感神経遮断薬...アルファワン (α) 遮断薬、ベータ (β) 遮断薬

主な商品名：【 α 遮断薬】カルデナリン、ミニプレス、エبرانチルなど

【 β 遮断薬】テノーミン、メインテート、セロケンLなど

効き方：心臓の働きや血管の収縮・拡張は交感神経といわれる神経が調節しています。交感神経の刺激を血管に伝える受け皿としてここでも受容体というものがあります。交感神経受容体は 受容体、 受容体の2種類に大きく分けられます。交感神経が 受容体を刺激すると血管が収縮して血圧が上がります。また、 受容体は主に心臓の働き(脈拍)を調節しています。

α 遮断薬、 β 遮断薬は、それぞれの受容体の働きを失わせて交感神経の働きを抑えることで血圧を下げます。

特徴：【 α 遮断薬】眠前に服用することで、早朝の血圧上昇を抑えることに効果があります。副作用として多いのは、急に立ち上がった時の立ちくらみやめまい、動悸が起こることがあります。

【 β 遮断薬】狭心症や不整脈の治療にも使われます。副作用として多いのは、脈が遅くなり過ぎることです。脈の数が1分間に50以下になるような時には医師に相談してください。

この他にも高血圧に使われる薬はたくさんあります。

高血圧治療での注意点は？

1. 定期的に病院に通院し医師の診察を受けましょう！
2. 医師の指示された通り、時間通りにきちんと薬を服用しましょう！
* 血圧が下がったからといって薬をやめると、血圧が元の高い状態に戻ったり、血圧が高い時だけ薬を服用していると、血圧の変動が大きくなって動脈硬化を早めたりします。
- * 病院の薬と漢方薬や市販の薬(風邪薬)などを一緒に服用する様な時は、薬剤師または医師に相談しましょう。(血圧を上げる成分が含まれている場合があります。)
3. 家で血圧を測定しましょう！
4. 「高血圧を治療しよう！」という意欲を持ち続けることが大切です。