

高血圧症

現在、世界には6億人の高血圧患者が存在し、日本には約2千万の高血圧患者がいると考えられている。高血圧症とは、一般に血圧140/90mmHg以上を言う。この140という数字は収縮期血圧と言い、90という数字は拡張期血圧と言う。収縮期血圧とは、心臓が収縮した時の血圧であり、拡張期血圧とは心臓が拡張した時の血圧である。高血圧症を無治療のまま放置しておく、脳卒中、腎不全、心筋梗塞、心不全などの重篤な障害が起こることが知られている。米国フラミンガムにおける長期追跡調査研究によれば、高血圧症患者における脳卒中の頻度は正常血圧者の約8倍、心不全は約6倍、虚血性心疾患は約3倍に達するというデータがある。高血圧症を治療する目的は、血圧をコントロールすることにより、心血管系の合併症を予防することである。高血圧症は大部分は原因不明であり、これを本態性高血圧症といい、ごく一部は何かの原因があって高血圧症になる2次性高血圧症があります。2次性高血圧症の具体例としては、慢性腎炎などの腎臓病や原発性アルドステロン症（アルドステロンという血圧を上昇させるホルモンを産生する腫瘍）などに伴う高血圧症がある。本態性高血圧症は体質や遺伝的な要因があると考えられている。血圧が上がる原因としては、交感神経が活発になったり、塩分を多く摂取したり、肥満が知られている。運動療法などで肥満を解消して、ストレスを発散したり食事の減塩を心がけることにより血圧を下げるのが可能である。高血圧症はほとんど無症状であるので、なぜ治療をしなければいけないのか、なぜ薬を飲ま

なければならないのか、十分納得していただく必要がある。また、一度高血圧症の薬を飲み始めると一生飲まなければならないのではないかと不安になる人もいるが、血圧は冬の寒い時には上昇し、夏の暑い日には低下するので、夏には降圧剤を減らせる場合がある。血圧の値は、心臓の一拍一拍の拍動によって成り立つので、常に変動し、測定条件によって変化する。最近では、家庭で測定できる簡便な血圧計が発売されているので、家庭で血圧を測定して治療の参考にするのもよい。家庭の血圧は医院での血圧よりも約10～20 mmHg 低めの値になるので、家庭血圧で125/80 mmHg 以上は高血圧症という場合もある。また、家庭で血圧を測定する時、手首、指で測定する血圧計を使用している場合があるが、手首、指で測定する血圧計は信頼性が低いので、その値は参考値として用いない方がよい。薬局の店舗に設置してある自動血圧計と診察室の血圧の値が違うという、患者の訴えがある。薬局の血圧は低めに出ることが多い。その場合、診察室の血圧値を基本にして治療を行うのであり、それ以外の血圧値は参考の値であることを患者に説明するとよい。

高血圧症の治療には食事療法、運動療法、薬物療法がある。ここでは、漢方と養生に関して解説する。漢方薬には、血圧を素早く下げる薬はない。漢方薬は高血圧症に伴うさまざまな症状を改善し、生活の質を高める効果がある。高血圧症に対する漢方薬の適応は軽症（拡張期血圧で90～104 mmHg）または中等症（拡張期血圧で105～114 mmHg）の高血圧症である。重症の高血圧症（拡張期血圧で115 mmHg 以上）には漢方薬単独で治療するのは危険で

ある。漢方薬単独または降圧剤とを併用することにより、高血圧症の症状を軽減し、よい効果が得られる場合がある。患者さんの体力（虚実）などによって、漢方薬を選択する。

〔服薬上の注意〕

高血圧症の治療を、漢方薬だけで希望する患者がいる。現代薬で副作用を経験した場合や漢方薬は副作用がなく安全であるという過剰な信仰を持っているためである。現代医薬の降圧剤に漢方薬を併用した場合、現代医薬の降圧剤を服用せずに、漢方薬だけを服用する患者もいる。漢方薬は魔法の薬ではなく、一定の副作用もあり、指示通りに服薬するよう十分説明することが大切である。軽症の高血圧症には漢方薬単独で治療する場合もあるが、中等症から重症の高血圧症には漢方薬単独で治療するのは危険である。高血圧症の患者に対する漢方薬が適正に使用されているか、処方と患者さんの体力、陰証、陽証とが合っているかを、患者に質問して確認することは大切である。冷え症の患者さんに、黄連解毒湯や三黄瀉心湯を与えると、症状は悪化する。また、体力や胃腸の弱い患者さんに、大柴胡湯や防風通聖散を与えると下痢をしたり、病状は増悪する。

現代薬と漢方薬の併用時の服薬の方法は、十分な証拠がないので、現代薬と漢方薬とが、胃の中で一緒にならないような服薬の方法が、一般的には望ましい。

体力がある場合（実証）

・大柴胡湯・腹力充実して、季肋部の苦満感がある時に用いる。

体力ふつう場合（中間証）

・黄連解毒湯・のぼせ、顔面紅潮、精神不安がある時に用いる。

体力がない場合（虚証）

・七物降下湯・腹壁の緊張が弱くて、頭痛、耳鳴りがある時に用いる。

〔実例〕 K、Uさん、60歳、一年前の検診で高血圧症を指摘された。現代医学の治療薬は好まないとのことで、紹介されて漢方薬による治療を希望されて来院。初診の血圧は150／92mmHg。減塩や歩くことを勧めて、1週間後は146／86となる。体格は良くなく、虚弱な印象でしたので、七物降下湯を用いた。2週間後は140／84、4週間後は144／82、以降140／80位の血圧を維持している。

〔本例の服薬指導〕七物降下湯が処方されており、虚証である。七物降下湯の構成は、四物湯（地黄、当帰、川芎、芍薬）に黄柏、黄耆、鉤藤を加えたものである。七物降下湯には四物湯が含まれているので血虚があると考えられる。血虚についての対処としては、規則正しい食生活が大切であることを説明し、特に減塩を強調する。また、地黄が含まれているので胃腸障害を引き起こすことがある。