

高血圧の基礎知識



：高血圧の先にある合併症とは？

高血圧は自覚症状がないことが多い病気です。

しかし、症状がないからと言って放置すると、動脈硬化が進行して脳卒中や心疾患、腎臓病などの合併症を引き起こすことがあります。

脳

■ 脳卒中

(脳梗塞や脳出血など)



心臓

■ 心不全

■ 狭心症

■ 心筋梗塞



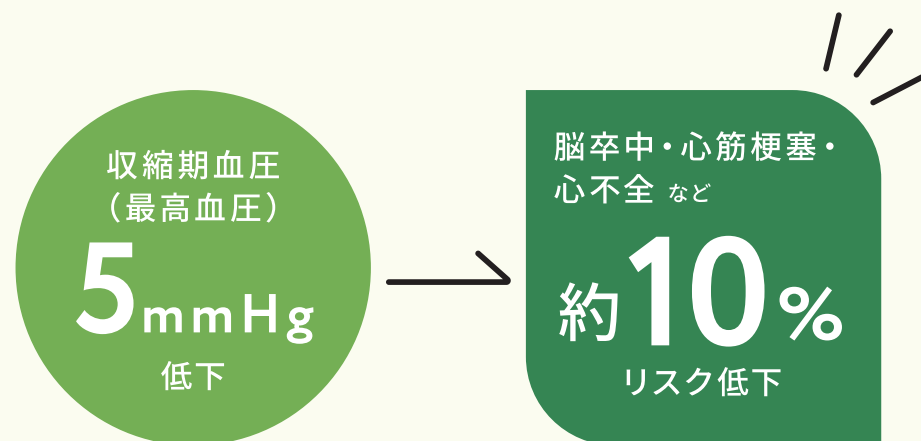
腎臓

■ 腎不全



合併症の発症リスクを下げるには？

適切に高血圧を治療することで合併症の発症リスクを下げられます。
収縮期血圧(上の血圧)を5mmHg下げると、脳卒中・心筋梗塞・
心不全などのリスクを約10%低下するという研究があります。



出典「Kazem Rahimi et al. Lancet. 2021; 397: 1625-1636」



高血圧の治療法

高血圧(本態性高血圧)の治療には、薬物療法と生活習慣の修正があります。日本高血圧学会「高血圧治療ガイドライン2019」では、薬物療法の前に生活習慣の修正に取り組むことを推奨しています。



日本高血圧学会「高血圧治療ガイドライン2019」より