

血圧の管理を毎日行うことは、高血圧の患者さんにとって大変重要なことです。心臓血管外科で手術を受ける患者さんの中にも、高血圧の方は大勢いらっしゃいます。

かかりつけ医にきちんと血圧の状況を報告できるよう、血圧手帳の記入もお勧めです。

血圧値の分類 (成人血圧, 単位はmmHg)

分類	診察室血圧			家庭血圧		
	収縮期血圧	かつ	拡張期血圧	収縮期血圧	かつ	拡張期血圧
正常血圧	<120	かつ	<80	<115	かつ	<75
正常高値血圧	120-129	かつ	<80	115-124	かつ	<75
高値血圧	130-139	かつ/または	80-89	125-134	かつ/または	75-84
I度高血圧	140-159	かつ/または	90-99	135-144	かつ/または	85-89
II度高血圧	160-179	かつ/または	100-109	145-159	かつ/または	90-99
III度高血圧	≥180	かつ/または	≥110	≥160	かつ/または	≥100
(孤立性) 収縮期高血圧	≥140	かつ	<90	≥135	かつ	<85

# 心臓血管外科★健康講座

高血圧は、生活習慣病の一つです。血圧の高い方は、毎日、血圧をはかり、必要ならば降圧薬を内服します。さて、どちらの腕で血圧を測るべきなのでしょうか。

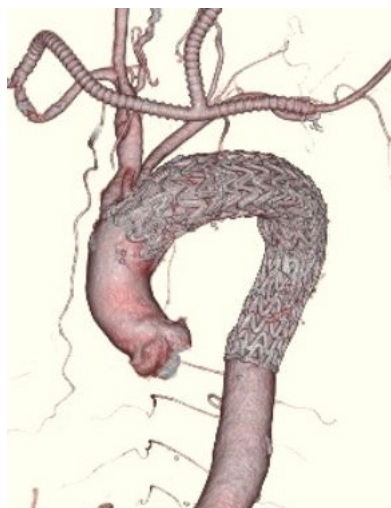


一般向け「高血圧治療ガイドライン2019」解説冊子  
インターネットで検索するとすぐに見つかります。

岩手県立中央病院心臓血管外科では、身近な医療情報を解説した健康講座を県民に提供します。第13号は「**血圧の左右差**」です。

上に示した表は、「高血圧治療ガイドライン2019」から抜粋したものです。また、左のPDFファイルは、インターネットで検索するとすぐに見つかります。高血圧の詳しいお話はこちらをご覧ください。

血圧の管理は、心臓血管外科の患者さんにおいても大変重要です。血圧を測るときは、腕や手首に血圧計を巻くわけですが、ほとんどの方は、特に左右のどちらで測るかということ在意



胸部ステントグラフト内挿術を受けた方で、肩や首にバイパスをした方も、血圧の左右差があることがあります。

高い方がより正しい血圧ですので、そちらで血圧管理をしましょう。

識することはないと思います。しかし、今後はぜひ「左右どちらの血圧が高いのか」を確認していただき、「高い方」で測るようにしていただきたいと思います。「高い方の血圧」が本当の血圧に近いと考えられるからです。

血圧の左右差は、通常、収縮期血圧で50mmHg未満（例えば、右 120/75、左 150/95）であり、この例の場合、左の血圧を基準に血圧管理をしていくことになります。

もし、「低い方の血圧」を基準に管理した場合、本当は高血圧にもかかわらず、治療は不要との誤った判断をしかねないわけです。

こうした左右差はなぜ生じるかというと、動脈の太さなどが左右で違いがあるからです。左右差があると異常ということではありません。また、血圧は変動しますので、何度か測って左右差の傾向をつかむことが重要です。

また、左右で50mmHg以上の差がある場合は、低い方の腕等の動脈に何らかの狭い部位がある可能性があり、心臓血管外科で詳しく検査する必要があると思いますので、受診いただければと思います。

毎日決まった時間に血圧を測り、手帳をつけることを習慣にしましょう。

岩手県立中央病院心臓血管外科

健康講座 第13号