



薬局だより

2024 年 9 月

～低血圧～



低血圧症は血圧が下がることで臓器への血流が保てなくなる病気です。WHOでは世界共通の基準として、収縮期血圧100mmHg 以下、拡張期血圧60mmHg 以下を低血圧としています。低血圧は原則として治療の必要はないとされますが、種々の自覚症状や臓器の機能障害が発現した場合には疾患として問題になります。

血圧とは、動脈の中を血液が流れるときに、血液が血管壁を押す圧力のことで、最高血圧と最低血圧を測定します。心臓が収縮するときに、大動脈にかかる圧のことを収縮期血圧、心臓が拡張するときに、ふくらんだ大動脈が元に戻ろうとして、大動脈にかかる圧のことを拡張期血圧といいます。一般的には、収縮期血圧の数値をもって低血圧とみなす場合が多いですが、収縮期血圧が70mmHg 台でも無症状で心配ないこともあれば、逆に普段は血圧が高い人の収縮期血圧が120mmHg まで下がることで身体に悪影響が及ぶこともあります。

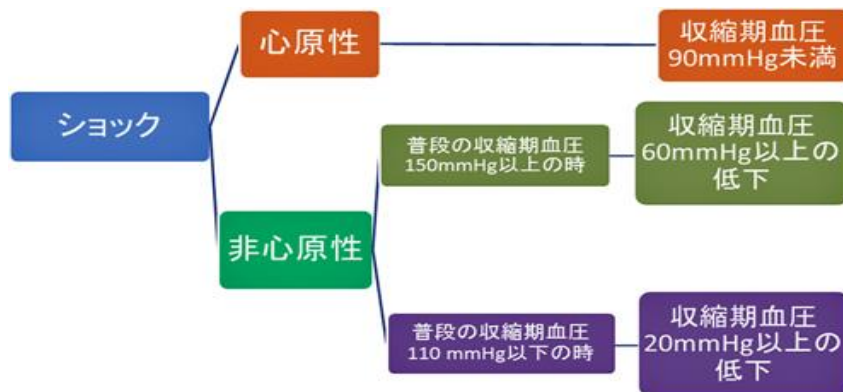


低血圧症の症状

立ちくらみ、めまいが多く、朝起き不良、頭重、疲労感、肩こり、動悸、胸痛・胸部圧迫感、悪心などが、あります。重症になると失神発作、一過性脳虚血発作(TIA)をきたすこともあります。男性より女性に多くみられます。

貧血と勘違いされることも多くみられますが、医学的に貧血とは血液中のヘモグロビン濃度が低いことを指し、低血圧とは異なります。

検査や治療を必要とする低血圧で重要な病態は**ショック**です。心原性ショックは収縮期血圧が90mmHg 未満、もしくは通常血圧より30mmHg 以上の低下と定義されています。また、非心原性ショックは普段の血圧が150mmHg 以上のときは収縮期血圧が60mmHg 以上の低下、110mmHg 以下のときは収縮期血圧が20mmHg 以上の低下と定義されています。



低血圧をきたす疾患

血管系	心筋梗塞、心不全、大動脈弁狭窄症、心タンポナーデ、重症不整脈など
呼吸器疾患	肺梗塞、肺高血圧症、慢性閉塞性肺疾患
内分泌疾患	甲状腺機能低下症、アジソン病、下垂体疾患
神経疾患	頸動脈洞過敏症、過換気症候群など
薬剤性	降圧薬、利尿薬、抗うつ薬、抗不安薬、向精神薬、抗パーキンソン病薬、麻酔薬、アルコール
起立性低血圧	パーキンソン症候群、ギランバレー症候群、糖尿病性神経症など
その他	循環血液量の減少(脱水、出血、透析など)

低血圧の分類

本態性(一次性)低血圧: 特別な原因疾患を伴わない。低血圧の約9割

血圧が慢性的に低い状態で、遺伝的な体質、やせ型で蒼白い顔色で神経質、疲労を感じやすく、寒がりや冷え性など虚弱体質の人が多い。

ウォーキングなどの適度な運動を取り入れ、体力増進を心がけると良い。

症候性(二次性)低血圧: 原因が明確

ケガによる大出血、心臓病、胃腸疾患による栄養不良、内分泌の異常、ガンの末期など。

起立性低血圧

急に立ち上がるなど、下半身にたまった血液が心臓に戻りにくくなるために生じる。

高血圧の人でも動作を起こす前後で血圧が低くなる場合に生じる。

睡眠時には頭部をやや高くし、起きあがるときは、足首の運動を行い、血の巡りを良くしてからゆっくりと起きあがると良い。

特発性起立性低血圧: 起立性低血圧の約2割

神経系の障害により生じる。朝礼などで倒れる子供などの多くは血圧調節障害によるもので問題ないことが多いが、てんかんや心臓障害が原因で起こる場合もあるため症状が頻回であれば、精密検査をすることも望まれる。

二次性起立性低血圧: 起立性低血圧の約8割

原因疾患として、糖尿病、内分泌疾患、心臓弁膜症、心筋症などがある。

服用薬(精神安定剤、精神刺激剤、パーキンソン病治療剤、降圧剤など)の影響による場合も考えられる。

食後低血圧

食後、消化のために胃に血液がたまり、心臓に戻りにくくなるために起こる。

寝たきりの方が、食事のときに体を起こす場合にみられ、食後倦怠感、胃もたれ、吐き気、眠気、立ちくらみや失神等を生じる。

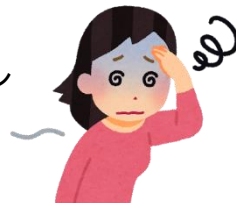
一度に食べる量を少なくして回数を多くし、食後にお茶やコーヒーなどの血液のめぐりをよくするカフェインを摂取する。また、ゆっくり姿勢を変えるなどを心がけると良い。

薬物療法

	薬剤名(商品名)	作用	副作用
昇圧剤	塩酸ミドドリン (メトリジン)	動脈系に直接作用して末梢血管を収縮することで血圧を上昇。心臓や脳の血管には作用しない。	過敏症、嘔吐、悪心、腹痛、動悸、頭痛、不眠、発疹等
	塩酸エチレフリン (エホチール)	主に心臓の収縮力を増加させ全身への血液量を増やすことで血圧を上昇。網膜動脈(眼の網膜に血液を送っている血管)の血行障害に使用する場合もある。	嘔吐、悪心、呼吸困難、動悸、頭痛、発疹等
	メチル硫酸アメジニウム (リズミック)	心臓の心拍数増加と血管収縮作用により血圧を上昇。透析時の血圧低下の改善目的で使用する場合もある。	食欲不振、腹部膨満感、動悸、頭痛、不眠、発疹等
その他	抗不安剤	全身倦怠、めまい、腹部不快感、頭重・頭痛などの症状に対して、自律神経の緊張性を緩解し、精神を安定させる。	

日常生活の注意点

1. 過労を避け、十分な睡眠をとって、規則正しい生活をするように心がけましょう。
2. 水分は多めにしっかり摂取し、食塩も適度に摂取。偏食を避け、タンパク質、ミネラル、ビタミンの豊富な食品をとり、バランスのよい食事を心がけましょう。
3. 部屋を暖め過ぎたり、冷やし過ぎたりせず、戸外との寒暖の差をあまりつくないよう、温度差に注意しましょう。



低血圧症は症状や身体診察に加えて、心電図検査・心臓エコー検査を用いて診断します。低血圧症の原因となっている病気の治療が最優先となりますが、血圧を適切な値に戻すために薬物治療(昇圧剤・補液など)を行います。低血圧症が心配な人や治療したい人は、医療機関を受診して下さい。