

まちのくすりやさん 第27号

今回のおはなし

- 「高血圧」
- ザ・タバコ
- Q&A



降圧剤、理解してますか？！

高血圧症の人は国内に4千万人いるといわれます。心臓病や脳卒中のリスクが高まる為、血圧が一定の数値を超えると、薬を使ってコントロールしなければなりません。一口に降圧剤といっても、いくつか種類があり、効き目や副作用も違います。1月、日本高血圧学会は新たな治療ガイドラインをまとめました。原則、上の血圧(収縮期)が140以上か下の血圧(拡張期)が90以上の人は、3ヵ月以内の生活改善指導で数値が下がらないと薬を処方される事になります。

ガイドラインでは、最初に使用する降圧剤として「カルシウム (Ca) 拮抗薬」「アンジオテンシンⅡ受容体拮抗薬 (ARB)」「アンジオテンシン変換酵素阻害薬 (ACE 阻害薬)」「利尿薬」「β-遮断薬」の5種類を挙げています。Ca 拮抗薬が血管壁の細胞に入るカルシウム量を抑えて血管を拡張させるのに対して、ARB (アンジオテンシンⅡ受容体拮抗薬) と ACE 阻害薬 (アンジオテンシン変換酵素阻害薬) は血圧関連ホルモンの「アンジオテンシンⅡ」の量を調節するなど、薬の種類によって血圧を下げる手法も違います。5種類の中でも使用頻度の多いARB や ACE 阻害薬は、インスリン感受性の改善作用や臓器保護の効果があるため、糖尿病患者や心臓・腎臓の合併症を伴う患者に使います。Ca 拮抗薬には血中の動脈硬化を防ぐ物質「アディポネクチン」を増やす種類もあり、肥満の人には選択肢の一つになります。

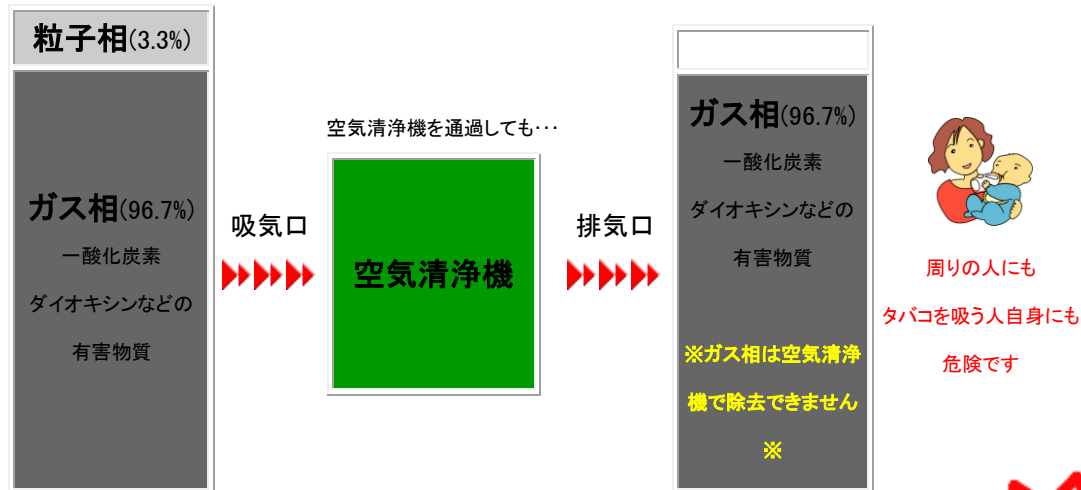
| 降圧剤の種類 | 主な特徴と副作用 |
|---------|-------------------------------------|
| Ca 拮抗薬 | 血管壁の細胞に入るカルシウムの量を抑えて血管を拡張させて血圧を抑える。 |
| | 動悸や頭痛、ほてり感などの副作用 |
| ARB | アンジオテンシンⅡが働く経路を変えて降圧する。 |
| | 目立った副作用がない。 |
| ACE 阻害薬 | アンジオテンシンⅡの量を抑えて血圧を下げる。 |
| | 空咳が誘発される。 |
| 利尿薬 | 腎臓でナトリウムや水分の再吸収を抑制して循環血圧量を減らして降圧する。 |
| | 血糖値や尿酸値、高脂血症を悪化させるので量を調整して使う。 |
| β 遮断薬 | 交感神経の働きを抑えて血圧を抑える。 |
| | 糖や脂質の代謝に悪影響。糖尿病や抹消動脈疾患などの場合は使わない。 |

★降圧剤はあくまで血圧を下げるための対症療法に変わりありません。下がったといって勝手に服用をやめないで下さい。高血圧を克服する為には、生活習慣を見直し、継続的な減量や運動を心掛けることが大切です。

ガ・タバコ

★**空気清浄機に注意**★ 下図のように、空気清浄機でタバコ煙の粒子相を 100%除去できてもタバコ煙有害物質の 3.3%が除去できるに過ぎません。ガス相の一部(アセトアルデヒド、窒素酸化物(NOx)、アンモニア、ホルムアルデヒド)も除去でき、きれいな空気になると明記している機種もありますが、これらを 100%除去できたとしてもタバコ煙有害物質のわずか 8.9%を占めるに過ぎません。一酸化炭素やダイオキシンなどタバコ煙の主要な有害物質 9 割(一部ガス相すら除去できないもの 96.7%)は空気清浄機を素通りして、全く浄化されることなく排気口から周囲に撒き散らされます。この為空気清浄機は、タバコの害から 100%非喫煙者を守らねばならない受動喫煙対策としては無効ですので受動喫煙対策として使用しないようにして下さい。

タバコ煙有害物質



新型インフルエンザに伴う学級閉鎖などについて

浦安市ホームページ 保健体育安全課より最新情報が得られます。
ぜひご覧ください。

<http://www.city.urayasu.chiba.jp>

健康状態には十分ご注意ください。



ご意見、ご質問、ご感想など、お気軽にお寄せ下さい。
(社) 浦安市薬剤師会 〒279-0004 浦安市猫実 1-2-5 健康センター内
Tel 047-355-6812 (月~金: 10~15時)
Fax 047-355-6810
メールアドレス toiawase@urayaku.jp