

# 血圧を下げる薬について

## 高血圧とは

血圧とは、心臓から全身に送り出された血液が血管の壁を押す圧力のことです。この血管への圧力が高い状態が慢性的に続くことを「高血圧」といいます。

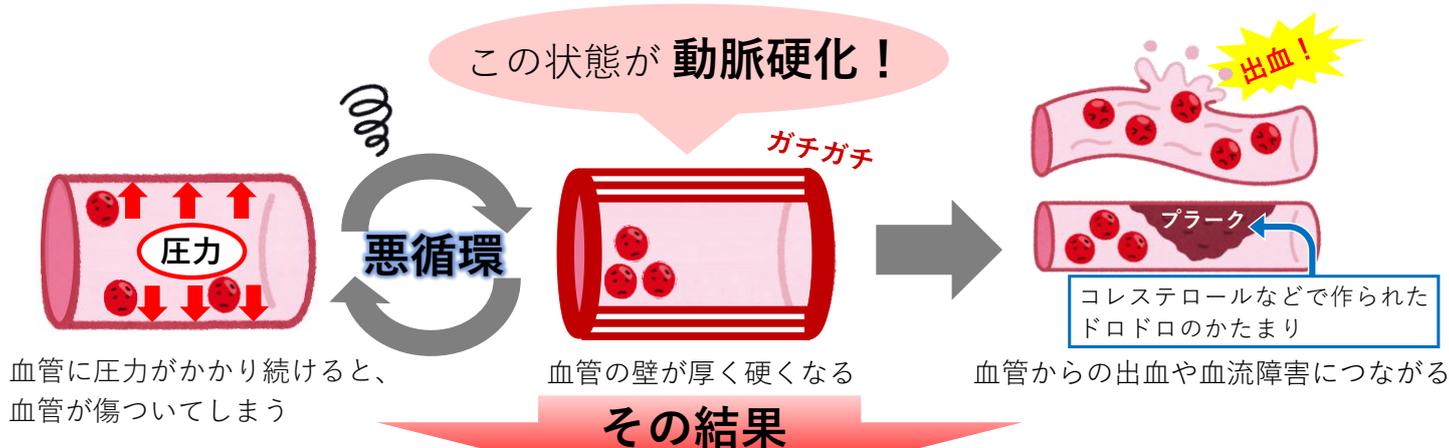
塩分の摂りすぎやストレス、肥満などが、高血圧の要因となっていることがわかっており、高血圧の治療においては、生活習慣の改善が重要です。



- ・定期的に血圧測定を行い、ご自身の血圧の値を知りましょう。
- ・目標値は、患者さんごとに異なります。
- ・目標値を主治医に確認してみましょう。

## 高血圧を放置しておく・・・

高血圧の状態でも、ほとんどの方は自覚症状がありませんが、血圧が高いまま放置すると、命に関わる重大な病気が起こるリスクが高まります。



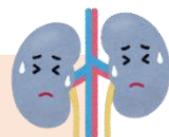
脳梗塞、脳出血



心筋梗塞、狭心症



腎不全



などを引き起こします

## 生活習慣の改善ポイント

- ・減塩のために食塩を多く含む食品の摂取は控えましょう。塩分の摂取が多いと血液量が増え血圧が高くなります。
- ・過食を抑え、運動する習慣をつけ、標準体重を維持しましょう。
- ・魚類、野菜・果物などを積極的に摂取しましょう。(食事制限が必要な疾患がある場合は、医師に相談しましょう。)
- ・アルコールの過剰摂取を控えましょう。
- ・禁煙をしましょう。受動喫煙を避けましょう。

生活習慣の改善は  
脂質異常症や糖尿病の  
予防にもつながります

減塩



## 血圧を下げる内服薬の種類

生活習慣の改善に取り組んでも高血圧が続く時は、薬を使った治療を行います。様々な種類があり、複数の薬を組み合わせる場合もあります。

高血圧による合併症を予防するため、自己判断で薬の飲み方の変更や中止はしないでください。

### 血管を拡げる薬

### カルシウム拮抗薬

血管の収縮に関するカルシウムの働きを抑えます。

### 血圧を上げるホルモンに作用する薬

### ACE阻害薬 ARBなど

血圧を上げるホルモンの働きを抑えます。

### 腎臓に作用し尿量を増やす薬

### 利尿薬など

尿量を増やし体内の余分な水分と塩分の排泄を促します。

### 自律神経に作用する薬

### $\alpha$ $\beta$ 遮断薬 $\beta$ 遮断薬など

心臓の収縮力や心拍数を抑えたり、血管を拡げます。

## 過度な血圧の低下に注意！

治療薬には様々な副作用がありますが、血圧を下げる薬では過度な血圧の低下が起こることがあり注意が必要です。特に、薬を飲み始めた時や量が変わった時は気をつけてください。



### 低血圧による症状

めまい、立ちくらみ、疲れやすさ、胸痛、頭痛、吐き気、動悸、失神発作など

副作用は薬により様々ですので、気になる症状やご不明な点は薬剤師にご相談ください



## 兵庫県立病院の名称・所在地・連絡先

尼崎総合医療センター  
尼崎市東灘波町2丁目17-77  
☎ 06 (6480) 7000



丹波医療センター  
丹波市氷上町石生2002番地7  
☎ 0795 (88) 5200



がんセンター  
明石市北王字町13-70  
☎ 078 (929) 1151



西宮病院  
西宮市六湛寺町13-9  
☎ 0798 (34) 5151



淡路医療センター  
洲本市塩屋1丁目1-137  
☎ 0799 (22) 1200



粒子線医療センター  
たつの市新宮町光都1丁目2-1  
☎ 0791 (58) 0100



加古川医療センター  
加古川市神野町神野203  
☎ 079 (497) 7000



ひょうごこころの医療センター  
神戸市北区山田町上谷上字登り尾3  
☎ 078 (581) 1013



粒子線医療センター附属神戸陽子線センター  
神戸市中央区港島南町1丁目6-8  
☎ 078 (335) 8001

はりま姫路総合医療センター  
姫路市神屋町3丁目264番地  
☎ 079 (289) 5080



こども病院  
神戸市中央区港島南町1丁目6-7  
☎ 078 (945) 7300



他のパンフレットもココで見ることができます！

