

高血圧が もたらす病気

WHO（世界保険機構）では、最低血圧90mmHg／最高血圧140mmHg未満を正常血圧と定め、この値以上の血圧が長く続くことを高血圧といっています。

血圧を上げる要因は一般的に、体質的な素因と日常生活習慣が、複雑に絡み合って発症するケースが多いと考えられます。高血圧が続くことによって、血管は弾力性を失い、次第に硬くもろくなっています。そこへ血液が送られ、血管に強い圧力がかかると、血管の壁が傷つきます。そこにコレステロールなどの脂質が入り込んで、血管の内くうが狭くなった状態が動脈硬化です。動脈硬化が進行すれば、さまざまな生活習慣病を併発します。それだけでなく、直接高血圧が原因で引き起こされる疾患もあります。高血圧が長く続くと血管や腎臓、心臓などにさまざまな障害が現れます。

脳卒中（脳出血・脳梗塞・くも膜下出血）

高血圧が長年続くと、脳の血管も動脈硬化が進むため、血管が破れる「脳出血」や、血栓で血管がつまり血液が流れなくなった状態の「脳梗塞」、脳動脈にできたこぶが破裂して、くも膜下に出血する「くも膜下出血」などが起こります。

腎臓病（腎不全・尿毒症）

腎臓は大変細い血管の集まりで、全身から送られてきた血液をろ過して、尿を作り出しています。この細動脈に動脈硬化が起きると、血流が減少し、ろ過機能が低下するため「腎不全」となり、進行すると「尿毒症」を発症します。

心肥大・心不全

高い血圧に打ち勝って血液を送り出そうと、心臓は常に大きな力で拍動するため、次第に心筋が厚くなります。こうして肥大化した

状態を「心肥大」といいます。さらに進行すると心臓の収縮力が弱くなり、「心不全」となります。

虚血性心疾患（狭心症・心筋梗塞）

心筋に血液を供給する冠状動脈に動脈硬化が起これると、血液の流れが悪くなり、一時的に酸素不足に陥る「狭心症」や、完全に酸素の供給がストップして心筋が壊死する「心筋梗塞」が起こりやすくなります。

血管障害

動脈硬化が進むため、血管壁がこぶのように膨らみ破れやすくなる「大動脈瘤」をはじめ、足の血管が詰まる「閉塞性動脈硬化症」、目の網膜の毛細血管が出血する「眼底出血」などを起こします。

高血圧の本当の怖さは、こうした合併症を起こすことにあり、高血圧の治療は、すなわち合併症の予防といってもいいでしょう。

（医師会）