

みんなの健康ラジオ

『高血圧症について』
(2023年6月8日放送)

横浜内科学会
(医)櫻井医院

櫻井 淳

疫学

- 日本には**4300万人**の高血圧患者
- つまり**3人に1人**は高血圧症
- 十分な治療を受けているのは**1200万人**
- **1250万人**はコントロール不良
- 未治療で自覚がある人は**450万人**
- 未治療で自覚もない人が**1400万人**

動脈硬化

- 動脈が硬化すると
- →脳梗塞や脳出血、心筋梗塞

- 血圧レベルが高いほど脳心血管病リスクが高い
- 血圧を下げるとリスクが減少する
- 血圧をさげるには？
 - 塩分制限や運動など生活習慣の改善
 - 薬物療法