

03

血圧について

医療の
小ネタ

心臓のもっとも大事な仕事は、「生きて行く上に必要な量の酸素と栄養を全身に送る」ということです。柔らかい風船は弱い力で膨らませることが出来ます。同じように、血管が柔らかければ心臓は低い圧でも「決まった量」の血液を全身に送ることが出来ます。

ところが、動脈硬化が進んだり、寒さで血管が収縮したりすると、硬い風船を膨らませるのと同じように、心臓は大きな抵抗に打ち克って「決まった量」の血液を全身に送らなければなりません。そのために強い力で収縮することになりますが、この心臓の“使命感”が、その後さまざまなドラマを生むことになります。

高血圧を放置するとどのようなことが起こるでしょう？ 始めのうちは心臓も頑張って、体が要求する酸素や栄養を送り出そうとします。

しかし過剰な負荷に耐え続けるには、自ずから限界があります。心臓のポンプ作用は次第に低下し、必要な量の酸素や栄養の届かなくなった組織や細胞から徐々に劣化＝老化が始まります。国レベルでも災害や戦火で物流が途絶すれば飢餓が避けられませんよね、身体だって同じです。



そのリスクを軽減するために様々な血圧を下げる薬（降圧薬）が開発されて来ました。中には、心臓にブレーキをかけて収縮力を落とす薬や、全身をめぐる血液の量を減らす薬などもあります。

確かに見かけ上血圧は下がりますが、「生きて行く上に必要な量の酸素と栄養を全身に送る」という本来の目的に照らし合わせてどうでしょう？

やはり降圧薬の王道は、血管の抵抗を減らして心臓の本来の働きを復活させる薬だと思います。近ごろでは、血圧を下げるだけではなく、血管保護作用・臓器保護作用を持つ薬や、動脈硬化を退縮させる薬なども実用化されています。

これだけ情報で溢れている現代でも、いまだに「血圧を下げる薬は一度飲み始めると一生飲み続けなければならないから飲みたくない」という人がいます。方向性はまったく逆ですが、背景因子を一切考慮せず、一方的に「血圧130以上はアウト！」と連呼する、某社のCMに洗脳された日本人も沢山います。

高血圧対策は「究極の自分ごと」です。その必要性をご自身で十分に認識されてからお始めください。