

理念

観音さまの大慈悲のみこころにそって、
思いやりの精神のもとにあたためたい医療を提供します。



高値血圧 気になる区健診結果

内科 星野達夫

P 子さんは 76 才の一人住まいの女性。これまで大きな病気をしたことはありませんでした。しかし、今回区の健診で血圧が 135/85 あり、「高値血圧」と判定されました。指導欄には「高血圧に注意するように」とあります。高血圧の人は心臓発作や脳卒中を起こす危険があるといえます。自分は突然発作を起こしてこの病気になるのだろうか心配になり当院を受診しました。

(高血圧? 血圧の正常値はどう決まったの?)高血圧は 140/90 以上とされています。多くの国で長期間調査して、血圧が 140/90 以上の人はそれ以下の人より脳卒中や心筋梗塞になる人が多いことがわかり、この値が正常と異常の境界となりました。これを超える血圧の人は将来これらの病気になる危険性があるということです。そして血圧を治療するとこれらが防げることも分かりました。最近では 120/80 以下に下げるとさらに予防できるといわれています。

(高値血圧は高血圧でないの?)「高値血圧」は 140/90 以下で、正常範囲内ですが、「高血圧」に進む可能性があるのです。そのため高血圧ととらえ、場合によっては治療をすることが勧められます。

(高値血圧でも治療をする場合とは?)高値血圧でも、脳卒中や心筋梗塞になる可能性(危険因子)のある人は治療が勧められます。具体的には糖尿病、脳卒中や心筋梗塞にかかった人です。危険因子にはそのほかにも高脂血症、喫煙歴、心房細動があります。治療はまず塩分のとり過ぎを避け、適度な運動などで生活習慣を是正します。それでも下がらない場合は血圧の薬を始めます。

(P 子さんの治療方針)P 子さんは危険因子がなにもありません。血圧を測りながら様子を見てもらうこととしました。そして心配をし過ぎずに今の健康な状態をエンジョイしてほしいとお話しました。





皆さんは「血液型」というと何を思い浮かべますか？血液型とはなんでしょうか？

血液型は約 40 種類あることが分かっており、赤血球の表面や血漿中にある抗原・抗体の組み合わせによって分類されます。

その中で最も有名なものは ABO 式血液型でしょうか？

ABOには A 型、O 型、B 型、AB 型の 4 種類あり、日本人ではそれぞれ 40%、30%、20%、10%の割合になっています。この割合も人種や地域により違いがあり、世界的にみると最も多い血液型は O 型で中南米、アフリカに多く、ヨーロッパでは A 型、パキスタンやバングラデシュでは B 型が高い割合を占めています。

ABO のほかには Rh 式血液型があり、Rh には数多くの抗原が存在します。そのうち D 抗原が有るとプラス、無いとマイナスと判定します。日本人で Rh マイナスの人は 0.5%(200 人に 1 人)です。

血液型検査は、安全な輸血を行うために欠かせません。

輸血では ABO 血液型と Rh 血液型が同じ血液を使う必要があり、違う血液型を輸血すると血液中の細胞成分が破壊され、重篤な副作用を起こすことがあるからです。

また、現在は出生時に血液型検査を行わない施設が増えてきました。生後間もないと血液型の抗原・抗体が不十分で、胎児期に母体から移行した抗体が沢山あり、血液型が正しく判定されないからです。生後 6 か月で血液型の抗体が産生され始め、3 歳頃に赤血球上の抗原が成人並みになります。正確な血液型を求めるなら 4 歳以上での検査が望ましく、できれば小学生になる頃がよいとされています。

自分の血液型をご存知ない方や興味のある方は一度相談してみたいかがでしょうか。

【抗原・抗体対照表】

	A 型	B 型	AB 型	O 型
赤血球型				
抗原 (赤血球)	A 抗原	B 抗原	A・B 抗原	抗原なし
抗体 (血漿)	抗 B 抗体	抗 A 抗体	抗体なし	抗 A・抗 B 抗体

↑日本赤十字 HP より抜粋



リハビリ室からのお知らせ

機能訓練室

暖冬とはいえ、雪が舞い零度を下回った日々も過ぎ去り、暑さが気になる時季が近づいてまいりました。つい先日まで満開のソメイヨシノが窓辺に広がったリハビリテーション室では、昨年度から新卒の女性スタッフが新たに加わり、療法士 4 名で毎日元気にリハビリ業務をおこなっております。

リハビリ部門では、昨年度から牽引・温熱・電気療法を受けられる患者様も予約制に変更させて頂きました。予約方法は、前日(受付時間 9:00~16:30)までに当院へご連絡して頂くか、治療を受けられた際に次回の日時をお伝えして頂くかのいずれかになりましたので、宜しくお願い致します。

また、それらの診療日も変更しております。一昨年度までは日曜日、祝日に加え水曜日も休診日でしたが、昨年度からは月曜日から土曜日まで午前・午後ともにやっておりますので、皆様方のご来院をお待ちしております。

