



# 愛知三の丸クリニック だより



第15号

(平成31年1月)

## 健康トピックス

### 治療抵抗性高血圧について⑨

愛知三の丸クリニック 副院長 飯田 将人

1月になり、寒さは厳しくなりましたが穏やかな晴天が続き、ウールのコートを着込んで手袋とマフラーをつけて道を歩くと、乾燥した空気が肌に気持ちよく、澄んだ青い空が美しい時期になりました。外来を訪れる患者さんたちも新年の明るい雰囲気のまま、どことなく嬉しそうです。

診察室に座っていると、隣の処置室で看護師さんたちが明るい声で患者さんに話しかけながら、採血や点滴をしている様子が聴こえてきます。

診察の1番目は、白髪交じりの短い髪に眼鏡をかけたLさんでした。Lさんは66歳の男性で、定年を越えて再雇用で働いている会社員です。深緑色のセーターの上に濃いグレイの上着を着て実直そうな雰囲気でした。

「どうされましたか？」私が訪ねると、Lさんはあたかも他人ごとであるかのように間延びした口調で、仕事の話を得意先とする時のような慎重な態度で話しはじめました。「実は、50歳くらいの現役のところから会社の健診で血圧が高く52歳ころから内服しているのですが、薬はずっとこの2種類で調子が良かったのですよ。冬でも上の血圧が140を越えることはありませんでした。ところが、この冬は血圧が朝いつも160を越えています。」



血圧手帳には朝夕の血圧の自己測定値が丁寧に記録されていました。朝夕ともに160を越えています。かかりつけ医に相談しても、「寒いからね」とあまり取り合ってくれないそうです。「どうしてこうなったのでしょうか？ 私はお酒もたばこもやらずに塩分も気を付けているつもりです。ウォーキングもしています。」Lさんは穏やかな表情でしたが、納得がいかない様子でした。

私は、Lさんに問診しながら血圧が上昇する要因を探してみました。転職や睡眠時間など生活の様式は変わりなし、精神的なストレスもなし、体重増加や塩分の過剰なし、摂取や暴飲暴食なし、採血結果では急な糖尿病の悪化や肝障害、腎機能の低下なし、尿蛋白陰性と、問診などで明らかな悪化要因はないようです。脳梗塞や心臓発作を疑う症状や心電図の異常や心拍数も上昇していませんでした。



## 薬をのんでも血圧が下がらない

血圧が高い場合、はじめに必ず以下の項目を確認してください

偽抵抗性 (実は高く なかった)	血圧測定に誤りがある 内服が守られていない (認知症) 過度の緊張で一過性
他の薬物の 影響	鎮痛薬 漢方薬 (甘草による偽性アルドステロン症) ステロイドホルモン内服 (肺疾患 リウマチなど) 経口避妊薬

朝 1 回内服しているのは、腎臓から分泌される昇圧物質を抑制するアンギオテンシン受容体拮抗薬と血管を拡張するカルシウム拮抗薬の 2 種類でした (愛知三の丸クリニックだより (平成30年 12 月号) を参照してください)。2 種類内服していても血圧が十分に低下しない場合は、別の種類を追加する場合があります。塩分過剰があれば利尿薬 (尿中に過剰な塩分を排出します)、緊張が強く心拍数が増えても上昇する場合は  $\beta$  遮断薬 (心臓や血管の緊張を抑えます)。ただし、L さんには問診や簡単な検査からはいずれの状態も考えにくいようでした。

このように 2 種類や 3 種類の薬を内服していても血圧が十分に低下しない場合は、表のような特殊な状態を考える必要があります。私は L さんに尋ねました

「内服を忘れることはありますか？」

「まずありません。」

「夜間にいびきをかいて、息がとまるといわれたことはありますか？」

「いやあ、どうでしょう。妻はそんなことはないと言っていますが。」

問診のみでは断定できませんが、睡眠時無呼吸はなさそうです。

「ほかに薬を飲んでいませんか？ 痛み止めや漢方薬などは？」

はっと L さんの表情が変わり、なにか気が付いたようでした。「足がよくつるので、整形外科に行き漢方薬をもらって飲んでいました。漢方薬を飲んでから足はよくなりました。もう半年近く飲んでいました。」

## 治療抵抗性高血圧 内服しても血圧がさがらない

偽性でないことを確認したら、高血圧の程度の強い病態を考慮します



定義	3種類以上の降圧薬でも血圧が下がらない または、血圧の変動幅が大きい
頻度	不明 おそらく高血圧患者の20から30%
可能性のある 病態	高齢者 (血管が硬い) 肥満 糖尿病などの合併 腎臓病を合併 尿蛋白陽性 血圧をあげるホルモン過剰 (甲状腺 副腎) 睡眠時無呼吸 脳梗塞や心臓発作の合併

Ｌさんのお薬手帳をみると、その漢方薬に甘草（かんそう）が含まれていることがわかりました。

甘草は漢方薬の成分として広く使われており、様々な病態に有効ですが、100人に数名の頻度で血圧をあげることがあります。

私は2種類の降圧薬を朝1回から朝夕2回に増量して、漢方薬を休止してもらいました。Ｌさんの血圧は1週間後には130台まで低下しました。

さらに漢方薬を休止しても足がつる症状は出現しなかったため経過をみたところ、1か月くらいで血圧が110まで低下して、増量した降圧薬も徐々に減量することができました。その後は、血圧が上昇することはなく、再び冬を迎えましたが今のところ大きな変化はないようです。

ある日Ｌさんは、ふと漢方薬のことを思い出しました。

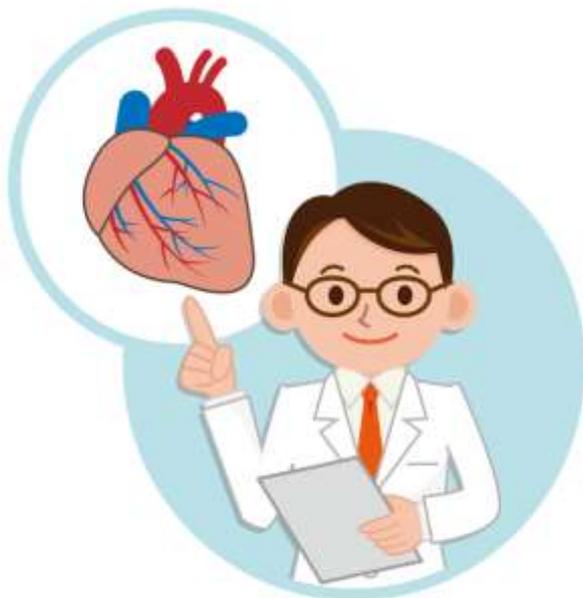
「漢方薬は血圧に悪いのでしょうか？」

「必ずしもそうではありません。甘草を長い期間内服すると、血圧が上昇する方が若干いらっしゃるというだけです。」

甘草は甘味の強いグリチルリチンを主な成分とし、甘味料としても使用されています。甘草は、コルチゾールというステロイドホルモン（体力の源）を分解しにくくする作用があり、コルチゾールが体内に残るように働きます。コルチゾールが体内に多くなることは炎症やストレスに耐えやすくなる利点がありますが、コルチゾールには血圧をあげる作用があります。

おおむね3か月以上内服すると100名中数名に血圧が上昇するとされています。

漢方薬を長期に渡り内服する場合、高血圧の方はよく注意してください。



話の内容は臨床の事実に基づいていますが、登場人物は架空です。

次回は白衣高血圧について解説します。

## 「抗インフルエンザ薬」

愛知三の丸クリニック 薬剤係長 高木 透子

インフルエンザウイルス感染症は、感染後 1~4 日の潜伏期間を経て突然の発熱、悪寒、頭痛、関節痛、筋肉痛、食欲不振等の症状があらわれ、症状の程度は個人差が大きいのですが、基礎疾患のない方の多くは、約 1 週間で自然治癒する疾患です。

小児や高齢者、呼吸器疾患、心疾患、糖尿病、腎機能障害などの基礎疾患がある方など、重症化リスクが高いと見込まれる場合は、積極的に抗インフルエンザ薬の投薬が検討されます。

新しい作用機序の抗インフルエンザウイルス薬が 2018 年 3 月に世界に先駆け日本で最初に発売されました。作用は、ウイルスの転写反応を阻害して、細胞内でインフルエンザウイルスが形成されるのを抑制します。

体内からインフルエンザウイルスが検出されなくなるまでの期間が、従来の薬より有意に短くなっています。インフルエンザの罹病期間の短縮は、従来の薬と同程度です。(熱などの症状の出ている期間が、薬を服用していない場合と比べて 1 日程度短縮されます。)

当クリニックでは3品目の抗インフルエンザウイルス薬が使用されています。

5 日間内服するカプセル剤と、1 回のみ吸入する吸入粉末剤、新しい作用機序の 1 回のみ服用する錠剤です。

インフルエンザに伴う異常行動については、抗インフルエンザウイルス薬の種類や服用の有無、年齢性別に関係なく発現していることが報告されているため注意が必要です。

異常行動の例は、突然立ち上がって部屋から出ようとする。興奮して窓を開けて、ベランダに出て飛び降りようとする。人に襲われる感覚を覚え、外に走り出す。突然笑い出し、階段を駆け上がろうとするなど。制止しなければ、生命に影響が及ぶ可能性のある行動も報告されています。

重度の異常行動は、就学以降の小児・未成年者の男性で報告が多く、発熱から 2 日間以内に発現することが多いことが知られています。

そのため、少なくとも発熱から 2 日間、就寝中を含め患者さんが一人にならないようにして、容易に住宅外へ飛び出さないような対策をして下さい。例えば・・・

- 高層階の住宅においては
  - (1) 玄関及びすべての窓の施錠を確実にを行う。
  - (2) ベランダに面していない部屋で療養を行う。
  - (3) 窓に格子のある部屋がある場合はその部屋で療養を行う。
- 一戸建てにおいては
  - (1) 玄関及びすべての窓の施錠を確実にを行うほか、出来る限り 1 階で療養を行う等。

## インフルエンザの予防には！ マスクと手洗い



## 外来よりお知らせ

### 【花粉症について】(内科・皮膚科)

花粉等の影響による諸症状(鼻づまり、鼻水、目のかゆみ、くしゃみ、咳等)でお困りの方やご自身のアレルゲン(アレルギーの原因物質)をお知りになりたい方は、当クリニックにお任せください。医師による診察(医師の判断による血液検査等)を行い、必要に応じて内服薬、点鼻薬、点眼薬等を処方します。

### 【禁煙外来について】(内科)

毎週水曜日の午前に、内科の下川医師の指導・管理の下に内服薬を用いた禁煙指導(禁煙外来)を行っています。

内服薬による禁煙をご希望の方は、お気軽にご来院ください。

### 【AGA(男性型脱毛症)について】(外科・皮膚科)

AGA(男性型脱毛症)による薄毛でお悩みの方は、外科(毎週火曜日の午後、木曜日の午前)及び皮膚科(毎週木曜日の午後)において、医師の診断の下に内服薬フィナステリド錠(プロペシア錠)の処方を行っています。

AGAは少しずつ進行しますので、できるだけお早目の受診をお勧めしています。

**当クリニックにご来院の際は、組合員証(保険証)、診察券(初めての方を除く)を持参し、総合受付にお申し出ください。**

### 編集後記

愛知三の丸クリニックだよりの感想や取り上げてほしいテーマ等がありましたら下記メールアドレスにご連絡ください。今後の参考にさせていただきます。

E-mail

[aichi-sannomaru-hp@oregano.ocn.ne.jp](mailto:aichi-sannomaru-hp@oregano.ocn.ne.jp)

### 愛知三の丸クリニック

住 所 名古屋市中区三の丸3-2-1  
電 話 052-961-7011(代表)  
052-961-7012(医科予約専用)  
052-950-0560(歯科専用)  
052-950-0500(健診専用)  
県庁内線 4974