

中込内科じんぶん

1.2月



合併号



発行所

中込内科医院

〒010-0973
秋田市八橋本町3-1-5
TEL 018-862-1564
FAX 018-866-4655

E-MAIL
nakagomi@cna.ne.jp
URL
http://www.cna.ne.jp/~nakagomi/

今月の特集 低血圧について

I. はじめに

体には、血圧を調節するいくつかのしくみがあります。静脈や細動脈の内径、心臓から送り出される血液の量や血管内の血液の量などを変化させます。これらのしくみによって、運動や睡眠などの日常的な活動の間に高くなったり、低くなったりした血圧を正常に戻します。

血圧が高くなりすぎると、血管が損傷したり破裂したりして出血や他の合併症を引き起こします。反対に血圧が低い場合にめまいや失神などの症状が出現することがあります。症状が出現するほど血圧が低くなると全身に十分な血液が供給されなくなります。その結果、細胞が十分な酸素や栄養素を受け取れず、老廃物もうまく除去できなくなります。

II. 失神

失神とは突然起こる短時間の意識消失のことをいいます。失神は脳に十分な酸素や栄養素が供給されないために生じる症状で、普通は一時的な血流量の減少によって生じます。体が血圧の低下を急速に回復できない限り、脳への血流は減少します。

心臓が血圧を正常に保つのに十分な血液を送り出せなくなると、失神することがあります。たとえば、不整脈や心臓の弁に障害がある場合は心臓の機能に損傷を与えます。こうした障害がある人では安静時は特に症状がなくても、運動時には失神を起こすことがあります。これは、運動によって体の酸素需要量が増え、必要なだけの血液を心臓が送り出せないためです。

出血によって体内の血液が減りすぎた時も失神が生じる場合があります。他には下痢、多量の発汗、水分の摂取不足などによる脱水症も原因になります。

また、首や胸、腸へとつながる迷走神経が刺激されることで生じる失神では心拍が遅くなり、吐き気、皮膚の冷感などの症状がみられます。迷走神経は腸けいれんなどの強い痛み、恐怖、血をみたことなどによる不快感、嘔吐、多量の排便や排尿などによって刺激されます。排尿中、排尿直後の失神は排尿性失神と呼ばれます。

緊張によって、心臓に戻る血液の量が減少した場合も失神することがあります。咳による失神は普通、このような緊張によって起こります。

不安などによって非常に呼吸が速くなる過呼吸(過換気)によっても失神が起こることがあります。過換気では体が大量の二酸化炭素が吐き出さ

れます。二酸化炭素の血中濃度が低下すると、脳内の血管が収縮し気が遠くなったり失神したりします。

III. 症状

特に立っているときには、失神する前にめまいがしたり、ふらふらしたりします。失神して倒れた後は血圧が上昇しますが、それは横になることで血液が重力に逆らわずに脳へ流れることができるからです。心拍が非常に遅くなることで起こる失神は、眼前暗黒感といった目の前が暗くなり症状が出現します。

迷走神経が刺激されたときに起こる失神は座っているときでも立っているときにも起こります。失神する前には、吐き気、脱力感、生あくび、冷汗がみられます。過呼吸(過換気)による失神はたいいてい指先がしびれてチクチクするような感覚がみられます。

IV. 診断

失神を起こす原因の中には重大な疾患が含まれるためその原因を突き止めます。

失神を起こしたときの状況、失神を起こす前に何か症状があったか、回復の速さなどが

診断の際に役に立ちます。その場に居合わせた人の情報も役立ちます。

心臓の電氣的活動を記録する心電図検査では、原因となっている心疾患を検出できます。

失神の原因を決定するには連続的な心電図検査が必要になる場合があります。日常生活をしているときの心臓の電氣的活動を記録するため24時間のホルター心電図を装着します。もし、失神と一致して不整脈がみられる場合は診断につながります。

心臓超音波(心エコー)の検査では心臓の構造的または機能的な異常があるかどうかを検査できます。

意識消失でもけいれん発作によるものは、失神とは原因も治療法も異なるため鑑別が必要で、けんれん発作の後には意識消失から回復するのが遅く、意識がもうろうとした状態が10分以上も続きます。

V. 治療

多くは体を水平に寝かせると意識は回復します。さらに、足の位置を高くすると脳への血流が増し回復が早まります。心拍が遅い場合は、心拍動を刺激する機械(人工ペースメーカー)を埋め込む手術を

行つて心拍を適切に調節します。心拍があまりにも速い場合は薬で心拍数を調節します。

VI. 起立性低血圧

起立性低血圧では、立ち上がったときに血圧が過度に低下することで脳への血流が減少してめまいや失神が起こります。これは特に高齢者に多くみられます。人が急に立ち上がると正常な状態では、心臓が早く、強く拍動して送り出す血液の量を増やします。そして細動脈は収縮して血流への抵抗を強めるといふ代償機構が働き、血圧の低下にすぐ反応します。しかし高齢者ではこれらの代償機構が働かなくなったり、働きがゆっくりであることがあり起立性低血圧が起こります。

正常な加齢による変化のほかにも、さまざまな病気や薬によっても代償機構が妨げられます。特に、血液量が少なくなると症状が出現します。たとえば、出血や利尿剤を使用している場合やひどい嘔吐、下痢も原因になるのです。

また、高齢者は病気の時に寝てる時間が多くなると足の筋肉をあまり使わなくなるので、足の静脈に血液がたまり、心臓に送り戻されなくなりま

す。たまつた血液のために心臓へ戻る血液の量が減少して血圧が低下します。

細動脈を拡張する血管拡張薬を服用している場合や飲酒をした場合にも血管拡張作用があります。発熱や気温、室温が高かったり厚着により体温が上昇した場合、静脈が拡張したときにも起こりえます。ほかにも疲労、腸への血流を増加させる脂っこい食事の摂取も原因となります。

起立性低血圧のほとんどが、急に起き上がったとき、長時間座つた後で立ち上がったとき、頭がフラフラしたりめまいがするといった症状がみられます。起立性低血圧を起こしやす

い人は、ゆっくり座つたり、立つたりするよう気をつけま

VII. 食後低血圧

食後低血圧とは文字の通り、食後に血圧が過度に低下することです。これは高齢者に多

くみられ、若年者ではほとんどみられません。

腸が食物を消化するには大量の血液が必要です。食後、腸に血液が集まると血圧を維持しようとして心拍が増加し、体の他の血管が収縮しますがこの代償機構が十分に働かず血圧が低下します。そのため食後は横になって休む必要があります。降圧剤を服用している場合は薬の量を調節したり、一回の食事を減らし回数を増やしたりすることで症状が軽くなる場合があります。

VIII. さいごに

症状が出現するほどの血圧の低下にはさまざまな状況、原因があります。原因を突き止め、治療をすることが大切になります。気になることがありましたら、医師や看護師にご相談ください。

【今月の記事 看護師 須藤】

編集後記

厳寒&大雪で大変な日々が続いてますが、皆さまどうぞ、雪道、除雪作業に雪下ろし、お気をつけ下さいね。ラニーニヤ恐るべし・・・女の子という意味も持つだけあって、あなどれません。

【事務長 奈良】