

健康診断で「血圧が高い」と言われていませんか？

健康診断やご家庭での血圧測定で、「血圧が高い」と指摘されたことはありませんか？

高血圧は、自覚症状がほとんどないまま進行することが多く、「サイレントキラー（静かな病気）」とも呼ばれています。

放置すると、脳卒中、心筋梗塞、心不全、腎臓病などの重大な病気につながる可能性があります。

「症状がないから大丈夫」と自己判断せず、早めに血圧の状態を確認し、適切な管理を始めることが大切です。

たちばなクリニックでは、循環器専門医が血圧だけでなく、心臓や血管への影響も確認しながら、一人ひとりに合わせた診療を行っています。

このような方はご相談ください

- ・健康診断で血圧が高いと言われた
- ・ご家庭で測ると血圧が高い
- ・血圧の薬を飲み始めるべきか相談したい
- ・血圧の薬を飲んでいるが数値が安定しない
- ・ご家族に高血圧の方がいる
- ・頭痛や肩こり、めまいが気になる

※高血圧は症状がなくても進行することがあります。

高血圧を放置すると…

高血圧が続くと、血管に負担がかかり、全身のさまざまな臓器に影響を及ぼします。

- ・脳卒中
- ・心筋梗塞
- ・狭心症
- ・心不全
- ・腎臓病
- ・動脈硬化の進行

こうした病気を予防するためにも、早めの治療と継続的な血圧管理が重要です。

最新の高血圧ガイドラインに基づいた診療

高血圧の治療では、単に血圧の数値を下げるだけでなく、将来の脳卒中や心筋梗塞、心不全などを予防することが大切です。

2025年に公表された「高血圧管理・治療ガイドライン2025（JSH2025）」では、より適切な血圧管理によって心血管病の発症リスクを減らすことが重視されています。

当院では、最新のガイドラインを参考にしながら、年齢、生活習慣、持病などを考慮し、一人ひとりに無理のない治療をご提案しています。

当院で行える診療・検査

高血圧では、血圧の数値だけでなく、心臓や血管への影響を評価することが大切です。

当院では循環器専門医が診察を行い、必要に応じて以下の検査を実施しています。

- 血圧測定
- 血液検査
- 尿検査
- 心電図検査
- 心臓超音波（心エコー）検査
- 血圧脈波検査

必要に応じて、動脈硬化の程度や心臓への負担についても確認します。

治療について

高血圧の治療は、将来の重大な病気を予防し、健康な生活を長く続けていただくことを目的としています。

減塩、適度な運動、体重管理などの生活習慣の改善を基本とし、必要に応じてお薬による治療を行います。

また、運動療法が適している方には、心臓リハビリテーションなども含め、安心して継続できる方法をご提案します。

循環器専門医として、血圧だけでなく心臓や血管の状態まで総合的に評価し、一人ひとりに合った治療を行います。

ご家庭での血圧測定も大切です

診察室では血圧が高くなる「白衣高血圧」や、自宅では高いのに診察室では正常となる「仮面高血圧」がみられることがあります。

そのため、ご家庭で測定した血圧は診療においてとても大切な情報です。

血圧手帳やスマートフォンの記録がありましたら、ぜひ診察時にお持ちください。

お気軽にご相談ください

高血圧は、早期発見・早期治療によって将来の重大な病気を予防できる可能性があります。

健康診断で血圧が高いと言われた方や、ご家庭で高い数値が続いている方は、お気軽にご相談ください。

たちばなクリニックでは、循環器専門医としての専門性を活かし、最新のガイドラインに基づいた診療を行いながら、地域のかかりつけ医として皆さまの健康をサポートいたします。