



# 高血圧はなぜいけない？

大泉 News Paper NO. 66 (2012. 06. 01. 発行)

妊娠を目指す女性の血圧はとても重要になってきます。なぜ正常血圧の維持が重要なのでしょうか？血圧はどのように変化するのでしょうか？今回は血圧についてお話したいと思います。

## ◎ 高血圧ってなに？

高血圧とは血管に強い圧力がかかり正常範囲を超えて高く維持されている状態をいいます。心臓が収縮した瞬間に血管に一番強く圧力がかかり、これを収縮期血圧と呼びます。そして心臓が拡張する時には圧力が一番低くなり、これを拡張期血圧と呼びます。はっきりとした原因が存在する高血圧を2次性高血圧といいます。原因が特定出来ない高血圧を本態性高血圧といいます。日本人の高血圧の大部分が後者になります。原因が明らかでない事が多いですが、遺伝的要因・食事・ストレス・環境因子によって起こると考えられています。

## ◎ 高血圧の定義は？

	収縮期血圧 (mm Hg)	拡張期血圧 (mm Hg)
正常血圧	130未満	85未満
正常高血圧	130～139	85～89
高血圧	140以上	90以上

→ **もともと高血圧の方が妊娠すると妊娠高血圧症候群になるリスクが高くなります！！**

## ◎ 妊娠高血圧症候群ってなに？

妊娠20週以降に高血圧、あるいは高血圧とタンパク尿がみられる場合をいいます。発症の危険因子としては初産婦や高齢妊婦、若年妊婦、肥満妊婦、多胎妊婦、高血圧の家系などが挙げられます。

妊娠高血圧症候群は次のように分類されます

- ・ 妊娠高血圧（高血圧のみ）
- ・ 妊娠高血圧腎症（高血圧＋タンパク尿）
- ・ 加重型妊娠高血圧腎症（妊娠前からの高血圧＋妊娠後タンパク尿）
- ・ 子癇（高血圧＋痙攣）



## ◎ 妊娠高血圧の定義は？

	軽症	重症
拡張期血圧 (mm Hg)	140～160	160以上
収縮期血圧 (mm Hg)	90～110	110以上
タンパク尿	あり	あり

## ◎ 妊娠高血圧症候群になると、どんな問題がありますか？

お母さんと赤ちゃんの両方に重大な影響を及ぼすことがあり注意が必要です！！

(お母さん)

血管が障害されて、痙攣・視覚障害・脳出血などが起こるリスクがあります。

臓器が障害されて、肝臓・腎臓障害・心不全などが起こるリスクがあります。

(赤ちゃん)

胎盤が障害されて胎児に十分な酸素や栄養が供給されないので、発達障害・胎児機能不全・胎児死亡などが起こるリスクがあります。

**→このように高血圧はリスクが高いため、産科の医師は母体と胎児の安全を守る為、とても注意して妊娠経過を確認していきます！**

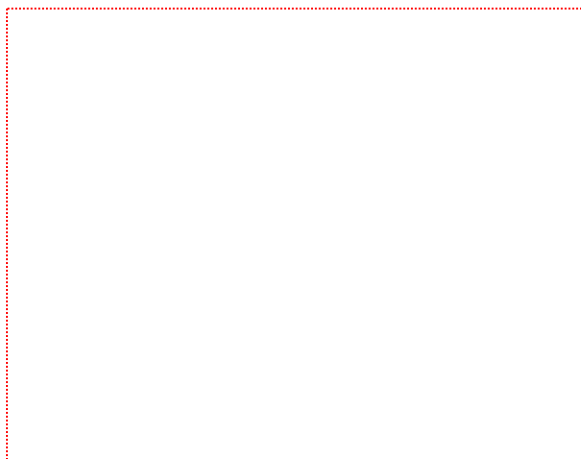
## ◎ 正常な場合妊娠中の血圧はどのように変化しますか？

正常な妊婦の血圧は妊娠初期から中期にかけて低くなり、その後非妊娠時の血圧レベルまで戻ります。妊娠初期から中期に血圧が正常範囲であっても高めの場合また非妊娠時の血圧が高い場合は妊娠高血圧症候群になる危険性がありますので注意が必要です。

## ◎ 妊娠すると血液はどう変化しますか？

妊娠すると循環血液量が非妊娠時に比べて40%増加します。その中でも赤血球量の増加に比べて血漿量の増加が著しいため、一般に見かけ上の貧血の傾向を示します。

## ◎ 高血圧の治療法はなんですか？



## ◎ まとめ

妊娠中は女性の体は、変化が大きく心身ともにとても負担がかかります。

母体にとっても胎児にとっても、ご自分の体がベストな状態に保てるように、血圧の自己管理に目を向けてみましょう。

