

質問

60代の男性です。3年前から血圧を下げる薬を服用して  
ます。朝に測定すると、上が140〜150、下が80〜90あ  
りますが、昼や夜は、上が110〜120、下が60〜70まで低くなりま  
す。朝だけ高い人は、利尿剤を飲むとよいと聞きましたが、副作用はな  
いのか、血圧が下がってからも飲み続ける方がいいのかを教えてください。  
また、飲んではいけないうえがあるのかも知りたいです。

### 薬飲んでも朝血圧高い



答え

血圧は通常、夜  
寝ている間は低  
く、朝方から午前中にかけて  
ゆっくりと上昇し、昼間は高  
くなっていきます。ところが、  
高血圧の患者の中には、質問  
者と同様に、薬を飲んで昼間  
の血圧が下がっていても、起  
床時の血圧が高いままの方が  
います。このような高血圧は  
「早朝高血圧」と呼ばれ、脳  
卒中や心筋梗塞などの脳・心  
血管疾患の危険性が高いこと  
が注目されています。  
起床前後に血圧が高くなっ  
ていくのは、血圧の調整を行  
う交感神経が、目覚めととも  
に活発になるからです。ま  
た、交感神経の活性が高まる  
と、血管の収縮によって血液

## 早朝高血圧



藤本 卓

碩心館病院院長

が流れにくくなったり、血液  
が固まりやすくなったりしま  
す。脳卒中や心筋梗塞は、朝  
から午前中にかけて起こるこ  
とが多く、この時間帯は早朝  
高血圧になっている時間帯と  
重なります。

早朝高血圧のタイプには、

夜間高血圧から血圧が下から  
ないまま早朝高血圧に移行す  
るノンディップ型と、夜間  
は血圧が低く朝方に上昇する  
ディップ型があり、ノンデ  
ィップ型の方が危険性が高  
いといわれています。

早朝高血圧は、病院やクリ  
ニックで測る血圧（外来血  
圧）では診断できませんの  
で、朝や寝る前に、患者自身

## 降圧薬切り替えや利尿剤も

が測った血圧（家庭血圧）の  
記録が必要となります。最近  
は、1日の血圧変動を記録す  
る24時間血圧計も普及し、ノ  
ンディップ型、ディップ  
型の区別ができるようになって  
きています。

早朝高血圧の治療は、これ  
まで服用してきた薬の種類な  
どによって、治療の方針が決  
まってきました。降圧薬の作用  
が短いために朝まで十分に効  
いていない患者は、長時間効  
く降圧薬に切り替えます。ま  
た、朝の薬を夕食後に服用し  
たり、朝夕に分割したりして  
服用することもあります。

このような目的に使用され  
る降圧薬としては、持続型方  
ルシウム拮抗剤（CCB）と  
アンジオテンシン受容体拮抗  
薬（ARB）が一般的です。  
CCBは、血管を拡張させて  
24時間以上にわたって血圧を  
下げます。安全性が高く、確  
実に血圧を下げるとされてい  
ます。ARBは、血圧を上昇  
させるホルモンの作用を抑  
え、早朝高血圧に効果的とな  
る薬剤です。

ご質問にある利尿剤も、体  
内の塩分や水分の排泄を促し  
て血圧を下げ、特に早朝高血  
圧に有効です。少量をARB  
と併用することで副作用を抑  
え、高い降圧効果が期待され  
ます。しかし、利尿剤は高

熱、下痢、嘔吐のときは脱水  
に注意が必要です。痛風、  
高尿酸血症、糖尿病に悪い影  
響を与えることがあり、注意  
が必要です。

最近では、それぞれの薬剤を  
一つにまとめた合剤も発売さ  
れ、服薬が簡便になっていま  
す。  
家庭血圧の管理は、上（収  
縮期血圧）が135mmHg  
未満、下（拡張期血圧）が85  
mmHg未満を目標にしま  
す。しかし、糖尿病や心臓  
病、腎臓病など合併症によっ  
て、この降圧目標は変わって  
きます。血圧の経過によって  
薬剤を増やしたり変更した  
り、また減量する場合も出て  
くると思われます。家庭血圧  
や血液検査などの指標を参考  
に、かかりつけ医と十分に相  
談しながら治療を続けてくだ  
さい。（小松島市江田町）