

■**高血圧の治療について**

血圧とは、心臓から送り出された血液が血管（動脈）の壁に与える圧力のことで、心臓が収縮して血液を大動脈へ送り出すときに、血管の壁に与える圧力を最高血圧（収縮期血圧）、心臓が元に戻って血液をためているときの血圧を最小血圧（拡張期血圧）といいます。

最近の高血圧治療ガイドラインでは、医療機関等で血圧を測定した診察室血圧の場合、75歳未満の方では最高血圧140mmHg以上、最低血圧90mmHg以上で、「高血圧」と診断され、どこまで血圧を下げるべきかの降圧目標値は最高血圧130mmHg未満、最低血圧80mmHg未満となります。なお、75歳以上の後期高齢者の方では最高血圧140mmHg未満、最低血圧90mmHg未満が降圧目標値となります。

高血圧の要因としては、遺伝的要因と環境的要因

があり、後者の環境的要因として塩分やアルコールの過剰摂取、運動不足、肥満等が考えられています。血圧の高い状態が続くと、脳卒中、心臓発作、心不全等の重い合併症が起こる可能性があります。

◆**高血圧の治療**

高血圧のお薬（降圧薬）は、血圧をコントロールするものですので、血圧が下がっても高血圧が治ったわけではありません。治療を途中で中断すると血圧はまた上昇してしまいます。お薬は医師や薬剤師から指示された通り、続けて飲むことが大切です。

血圧は2〜3か月かけてゆっくりと下げることが望ましいとされています。なお、処方されたお薬で気になる症状（立ちくらみ、めまい、脱力感、倦怠感）を感じたらすぐに担当の医師にご相談してください。降圧薬を飲み続けるために、できるだけ体に合ったお薬を選んでみましょう。

『**地域の皆様へ**』

新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、次のような取り組みを行っております。ご理解とご協力をお願いいたします。

【**診療所**】

○診察を受ける方および付き添いの方全員のマスク着用、手の消毒、検温をお願いします。

○診療所内の消毒と換気を毎日実施しております。

【**老健施設**】

○原則として、感染対策の為入所者の外泊は禁止しています。また、面会は予約制となっております。

○通所リハビリ利用者に毎日の体調確認と検温を実施しております。

○施設内および送迎車両の消毒と換気を毎日実施しております。

※泉崎公開講座は当面の間、開催を見合わせます。

診療所外来 2月担当医

◎泉崎南東北診療所 ☎0248-53-2415

【お願い】 発熱症状、強いだるさ（倦怠感）や息苦しさ（呼吸困難）、味やにおいを感じない（味覚・嗅覚障害）などの症状がある方は、医療機関を受診する前にかかりつけ医または県の受診・相談センター（電話 0120-567-747）へ連絡してください。

	月	火	水	木	金	土	日/祝祭日
午前 受付時間 8:30 ~ 11:30	小林利男 整形外科・内科	小林利男 整形外科・内科	内藤 梓 消化器内科・外科	小林利男 整形外科・内科	小林利男 整形外科・内科 2/2のみ診療	小林利男 整形外科・内科 2/3.17診療	休 診
		内藤 梓 消化器内科・外科		内藤 梓 消化器内科・外科	内藤 梓 消化器内科・外科 2/9.16診療	総合南東北病院 心血管外科	
午後 受付時間 13:30 ~ 16:00 (水曜日は 14:30)	北原正樹 内科・形成・皮膚	小林利男 整形外科・内科	内藤 梓 消化器内科・外科	小林利男 整形外科・内科	小林利男 整形外科・内科 2/2のみ診療	小林利男 整形外科・内科 2/3のみ診療	
	緑川博文 心血管外科 2/5のみ診療	内藤 梓 消化器内科・外科	水曜 14:30 受付終了	内藤 梓 消化器内科・外科 2/8.15.22診療	内藤 梓 消化器内科・外科 2/9.16診療	内藤 梓 消化器内科・外科 2/10.24診療	
	月曜午後 (14:00~16:00)			八木正樹 小児科 2/8のみ診療		小鹿山博之 内科・脳外科 第3土曜日診療	

※都合により診療時間や医師の変更がある場合がありますので、詳しい診療案内等は当診療所へお電話にてお問い合わせください。
(☎0248-53-2415)
※日曜・祝祭日・年末年始の休日の当番医はしらかわ情報センター(☎0248-23-9909)で確認いただけます。

※眼科は予約制となっております。(事前に電話または窓口にてご予約ください)
※火・木 小林先生(整形外科・内科)午後の診療はコロナワクチンの集団接種により休診となる場合があります。お電話にてご確認の上、お越してください。