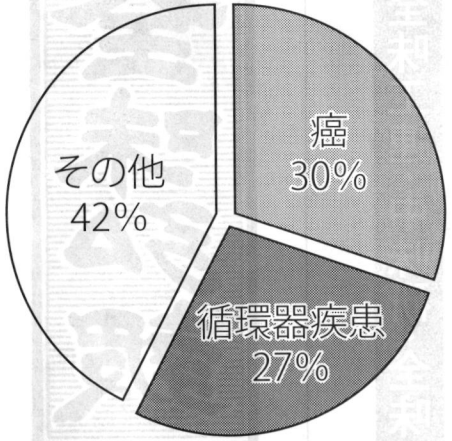
第四回連載

静かなる殺し屋＝高血圧

東京大学大学院医学系研究科
公共健康医学専攻社会予防疫学分野
教授　佐々木　敏

高血圧をサイレント・キラー（静かなる殺し屋）と呼ぶ。高血圧とは動脈のなかの血液の圧力が高くなった状態をさすが、これには症状がない。つまり「痛くない」。医者になる前はぼくもそうだったが、病気とは痛いものだと思っていた。痛みが病気の重大性を示し、痛くなければ放っておいてよいものだと思っていた。実は反対だった。痛みは人に健康の異常を知らせ、人はなんとかしようとする。だから、痛みを欠く病気こそ注意しなければならない。興味深いことに、生活習慣病以外の病気の多くは、その病気特有の目に見える症状をもっている。かつて結核患者は真っ赤な血を吐いた。喀血（かっけつ）である。ところが生活習慣病の初期には自覚も他覚も症状がない。これは、癌や糖尿病などにも共通する。もうひとつ。高血圧には「根治療法がない」。簡単にいえば、治せない。降圧剤はそれが効いているあいだだけ一時的に血圧を下げているに過ぎない。薬が切れたらすぐに血圧は元に戻る。さらに、「高血圧で人が死ぬことはない」。癌では死ぬ。そのために人は高血圧を軽く考えがちである。高血圧そのものでは死なないが、脳卒中や心筋梗塞の危険（リスク）を上げる。脳卒中や心筋梗塞は死に直結し、たとえ救命できても後遺症や生活の質の低下の問題は大きい。動脈も静脈も含んで血管と呼び、心臓などと合わせて循環器と呼ぶ。脳卒中は脳のなかの動脈が破れたり詰まったりする病気だし、心筋梗塞は心臓の周りにあって心臓の筋肉（心筋）を養っている冠動脈という動脈が詰まる病気だから、ともに循環器の病気（循環器疾患）である。図は二〇〇七年の死因である。癌が一位だが、二位の循環器疾患との差は小さい。循環器疾患の原因のすべてが高血圧だというわけではないが、高血圧が主な原因であることにまちがいはない。『サイレント・キラー』の怖さをもっと直視すべきだろう。ところで、昨今、話題の病気といえば、脳卒中や心筋梗塞よりも、メタボリックシンドローム、糖尿病、慢性腎臓病だろう。これらすべてにも高血圧が深く関与している。このあたりは次回、そして、食塩とこれらとの絡みについてはその次に取り上げることにしたい。

図．平成19年（2007年）におけるわが国の死因の割合（%）（総死亡数：1,108,334人）