

第44回糖尿病週間講演会

平成20年11月8日(土) 午後1時30分~5時

九段会館大ホール



「広げよう!ブルーサークル」 末梢血管・心臓を糖尿病から守る

「糖尿病の子備群の時から血管を守る重要性」が、多くの研究によりはつきりしました。そこで実行委員長として今回のテーマを決め、第一線で活躍している専門の先生方に講演を依頼。当日は熱心な約600名の参加者で、ほぼ満席になりました。

○開会の辞

日本糖尿病協会東京都支部長 菅原正弘先生

○基調講演

「なぜ血圧は正常にしなければならぬ?」
家庭血圧測定の活かし方

座長 公立昭和病院 貴田岡正史先生
演者 東北大学大学院薬学・医学系(併) 研究科臨床薬学教授 今井 潤先生

○パネルディスカッション

「心臓を糖尿病の脅威から守るために」

座長 関東中央病院代謝内分泌科 水野有三先生

座長 多摩センタークリニックみらい 宮川高一先生

①慢性腎臓病とは? 腎臓病と心臓病の深い関係
東京慈恵会医科大学准教授 宇都宮一典先生

②メタボリックシンドロームによる血管の病変
順天堂大学医学部准教授 綿田裕孝先生

③食後高血糖から心臓を守るための食事療法のコツ
加藤内科クリニック 加藤則子先生

④血糖コントロール不良の原因に歯周病?
康本歯科クリニック院長 康本征史先生

○閉会の辞

実行委員長 加藤内科クリニック院長 加藤光敏先生

基調講演

「なぜ血圧は正常にしなければならぬ?」 ——家庭血圧測定の生かし方——



東北大学大学院薬学・医学系(併)研究科臨床薬学教授 今井 潤 先生

高血圧診療における3つのSと2つのL

高血圧の早期発見・早期治療 (Soon)

昔の高血圧は、食塩の過剰摂取、低栄養、重症高血圧によって性格づけられておりました。それに伴って昔は劇症の脳出血

してです。

ゆっくりと且つ確実に

すでに動脈硬化症の病変が生じている場合、高齢者に多い。これも急に血圧を下げると脳や腎臓や心臓を流れる血液の量が一時的にせよ減少することもあるので、注意しながらゆっくり(slow)降圧します(例外もあります)。

家庭血圧による高血圧の自己管理

家庭で測定する血圧を「家庭血圧」と呼びます。自分で測るので緊張が少なく外来血圧より低く安定しますので、135/85mmHg以上を高血圧の基準値としています。

血圧は昼間の活動時は高く、夜間の就寝時は低いというのが普通であり、夜間に高いのは危険な病態です。

正しい標準的な測定方法

通常、朝と夜に測定します。朝は起床後1時間以内、排尿後、座位1~2分の安静時、服薬前、朝食前を勧めています。夜は就寝前、座位1~2分の安静後です。朝晩の測定回数は特に定めていません。血圧は測定のために値が異なりますので、複数回測定した血圧はすべて記録して医師に見せてください。朝晩1回ずつでも毎日、長期間にわたって続けることです。家庭血圧における「高血圧」「正常」の基準値は、1週間、2週間の平均値が根拠となります。