



高血圧診療は実地医家が主役です！ ～日本高血圧学会実地医家部会鳥取県委員活動報告～

山陰労災病院 循環器科 水田 栄之助

はじめに

2018年12月「健康寿命の延伸等を図るための脳卒中、心臓病その他の循環器病に係る対策に関する基本法」が成立した。介護を受けたり寝たきりになったりせず日常生活を送れる期間を示す「健康寿命」は2016年現在、男性72.14歳・女性74.79歳であり、介護などが必要となる期間である平均寿命と健康寿命の差は男性8.84年・女性12.35年と、ここ数年減少傾向にあるものの、その差は依然大きい。

要介護の最大の原因は脳卒中・心臓病であり、この基本法の成立により、(1)脳卒中・心臓病予防のための継続的・全国的な市民啓発(義務教育における予防教育など)、(2)超急性脳梗塞・心筋梗塞に対する再灌流療法の普及(医療機関のネットワークづくり)、(3)地域医療の質を客観的に評価する体制の構築(脳卒中・心臓病の発症登録・調査・評価・公表)といった、法律がないと解決困難な問題への対応が可能になった。これを受け、脳卒中・心臓病の主要な原因である高血圧への対策見直しが迫られている。

日本高血圧学会実地医家部会の設立

高血圧診療の主役は開業医・一般病院など実地医家である。2019年4月日本高血圧学会より「高血圧治療ガイドライン2019」が刊行されたが、その目的として「実地医家が、日常診療上、もっとも高頻度に遭遇する高血圧患者に対し、血圧管理によって脳心腎など高血圧合併症の発症予防、進展抑制をめざし適切な治療を提供するために、標準的な指針とその根拠をすべての医療者を対象に示すこと」と明記されている。日本高血圧学会で

は、実地医家のとりまとめや医師会、行政、各企業との連絡役として各都道府県に実地医家部会委員を配置した。この度筆者が鳥取県委員を拝命したので、その活動状況についてお伝えする。

日本高血圧学会実地医家部会鳥取県委員活動報告

実地医科部会各都道府県委員に求められる活動内容として、1. 高血圧の啓蒙活動、2. 効果的な減塩法の開発・教育、3. こどもへの食育、4. 外食・中食・給食の減塩化、5. 企業に対する減塩食品の開発、普及の働きかけ、6. 行政に対する減塩推進政策の働きかけ、などが挙げられる。

(1) 地域での高血圧啓蒙活動

米子市内の各公民館で、米子市健康対策課の協力の下、年1～2回高血圧に関する講話を行っている。中には同じ年に2回行った公民館があり、1回目には講話を、2回目には住民同士によるグループワークを行った(写真1、2)。また米子市の特定健診・特定保健指導事業の一環としてメ



写真1 公民館でのグループワークの様子(自分でやっている減塩法を力説してもらっています)



写真2 公民館での舌塩味感度検査

タボリックシンドロームに関する講演会を毎年行っている。

(2) 山陰労災病院を通じての高血圧啓蒙活動

毎年3月、全国的に行われる慢性腎臓病啓蒙キャンペーンの一環として、当院では「世界腎臓デーin米子」を開催している。高血圧専門医として減塩および腎硬化症についての講演を、さらには病院スタッフとともに血圧測定・尿検査・健康相談・栄養相談・腎エコー検査などを行っている。今年は日本高血圧学会公認減塩啓蒙キャラクター「良塩くん」に参加してもらった(写真3)。また「労災病院展」と題してイオン日吉津店で毎年健康啓蒙キャンペーンを行っている(写真4、5)。



写真3 日本高血圧学会公認減塩啓蒙キャラクター「良塩くん」



写真4 「労災病院展」での健康相談の様子



写真5 「労災病院展」参加スタッフ(みんなで頑張りました!)

(3) 企業への働きかけ

「美味しい減塩」を達成するために、地場産業を生かした機能性食品開発を目指して、鳥取県産業技術センター食品開発研究所と打ち合わせを行っている。また現在味の素株式会社と共同で「うま味」を生かした減塩法の開発を行っている。

(4) 学校への働きかけ

筆者が学校医を務めている国立米子工業高等専門学校にて「若いうちからの減塩」と題して減塩教育を行っている(写真6)。現在、全国的に学校給食の減塩化に取り組む自治体が増加しており、近い将来、鳥取県内でも学校給食の減塩化に名乗りを挙げてくれる市町村が出現することを期待している。



写真6 国立米子高専で担当職員と「減塩教室」の打ち合わせ

今後の課題・展望

高血圧診療は実地医家が担うものであるが、現場では臨床イナーシャ（臨床的な惰性）が常につきまとう。降圧目標が達成されていないにもかかわらず、患者の価値観や社会的背景から、治療が

適切に強化できない症例が多数存在する（図1）。治療抵抗性高血圧ではなく治療不十分高血圧に対してどのように対応していくか、実地医家同士で話し合う定期的な勉強会を開催することが今後必要であると考えている。今後も日本高血圧学会実地医家部会鳥取県委員として医師会を通じて実地医家間の橋渡し役を務めていきたいと考えている。

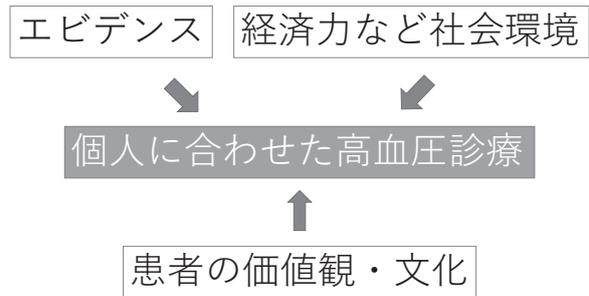


図1 臨床イナーシャ（臨床的な惰性）が生まれる背景

日本医師会
医師年金 スマホ・パソコンで **簡単手続き**

加入資格は日本医師会会員で64歳6カ月未満の方です
(申込みは、満64歳3カ月までをお願いします) 医師年金 検索

医師年金HP画面

アニメーションで仕組みを確認

シミュレーションで保険料を試算

一括払専用加入申込書プリントアウトで
申込み(保険料のお支払いは後日ご案内します)
※重要事項説明書をよくお読み下さい(申込書の3、4ページに記載)





お問い合わせ先

日医 年金・税制課 ☎ 03-3942-6487(直) (平日9時半～17時)