

ダルビッシュ野球賭博逮捕 捜査全真相

オレが野球やめたらいいんか ダルビッシュ弟が本誌記者に語っていた驚愕事

独走スクープ第8弾 山口組大分裂 組長がピストル自殺

死ぬまでSEX 勃たなくてもいいんです。気持ちいいんです。

『あさが来た』禁断ネタバレ集 ああフジ 給料が下がる

2015 NOV. 11.13

新発毛剤「ザガー回」が凄らしい

420 定価

松本ちえこ

安倍政権よ、年金8兆円損失の責任をどう取るのか

血圧を120以下に下げろの衝撃

これまでなかった「実証データ」がついに発表された

プロ野球大反省会 負けるにも負け方がある

80歳で300ヤード！ 仰天じいさんの秘密

日経1バブルは何だ？

寿命が長いのはどっち？ (飼い主の)

わが社に訴えられる社長の悲哀 東芝・カネボウ 三菱自動車

死ぬまでSEX 現役を応援します 勃たなくてもいいんです、気持ちいいんです。



三行広告その奥深き世界を歩く 16ページ大特集

# 血液研究所が発表した

# 120以下に

# 下げろ

## 日本高血圧学会も震撼した

中高年男性にとって、血圧はわずかな数値の増減で一喜一憂するものだ。それが、これまでの基準から一気に20も下げるといわれたら……アメリカの最新研究が日本の高血圧医療を揺るがしている。

### 日本の基準は「140以下」

「血圧目標を低くすることで、高齢者における循環器系の合併症や死亡のリスクが劇的に下がる」

研究機関らしからぬセンサーショナルな見出しのプレスリリースが、今年9月11日、アメリカの国立心肺血液研究所から発表された。同研究所は米研究機関の最高権威である国立衛生研究所（NIH）の一部門だ。

発表から約2か月、この調査結果はアメリカのみならず、海を越えた日本の診療現場でも、大きな混乱を招いている。というのも、現在日本では血圧を「140（mmHg）未満」に抑えるべきとされているのに対し、なんと「120未満」に下げたほうがいいという衝撃的なデータが示されたからだ。

研究は、50歳以上の、心

る恐れのある高血圧患者約9400人を対象として、10年から13年まで実施された。血圧を抑えるために降圧剤などを利用し、血圧を120未満に抑えたグループと140未満に抑えたグループを比較したところ、前者は後者より、心臓発作や脳卒中の発生率が3分の1減り、死亡リスクは4分の1下がったというのだ。これまで血圧120～140の間の健康リスクに関しては、実証的なデータが存在しなかったが、今回初めて示されたのである。

この研究は18年まで経過調査を実施する計画だったが、途中の段階での解析で有意な結果が出たとして、急ぎ前倒しで公表したという。同研究所は急いで公表する意味があると判断したわけだ。

絶対必読!  
衝撃データ

米国立心肺

# 血圧は

脳卒中、心臓発作の発生率は3  
死亡リスクも4

これまでなかった大規模調査

日本の  
治療ガイドラインも  
これで激変する!?

発表を受け、日本のメ  
ディアはさっそく、  
「最高血圧120以下を目

日本人男性の平均血圧は135・3

ジャーナリストの室井一辰氏はこう評価する。  
「これまで日本では、高血圧学会が高血圧の治療は140を上回ったら始めるという指針を示してきました。一方、アメリカでは14年に血圧ガイドラインが改定され、60歳以上では高血圧の基準を150以上と、日本より緩和しています。ところが今回の研究報告は、従来よりも低い水準まで血圧を下げると利益があること

を示したことになる。また、日本では血圧を下げすぎると脳の血流が滞って脳卒中を引き起こすといわれてきたが、今回の報告ではそれも否定している。その解釈をめぐるのは欧米でも医療従事者のみならず議論が巻き起こっています」報告書は、世界中に衝撃を与えた。とりわけ、3人に1人が高血圧といわれる日本に与えた影響は大きかった。

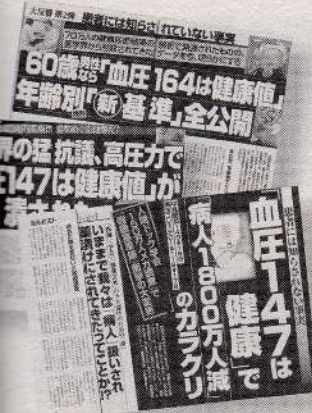
指せ 米研究所の研究報告（共同通信9月13日付）

「高血圧治療 目標辛くなる? 米国立研究所『120未満』を提唱 現行は『140未満』（日経新聞10月25日付）

などの見出しで、日本のガイドラインにも影響を及ぼす可能性を示唆した。

ガイドラインを作成する日本高血圧学会理事の長谷部直幸氏は、本誌の取材に對してこういう。

「確かに驚くべき結果です



知られたくない、でも忘れられない過去がある

砂の街路図

直木健作家が放つ! まったく新しい「家族ミステリー」!!

佐々木譲

好評発売中

定価(本体1500円+税) 小学館 ISBN978-4-09-386412-1 小学館

が、予備解析結果が速報として発表されたに過ぎない段階ですので、軽々に論評すべきではないと思っております。詳細なデータが正式に論文として公表された時点で、議論は深まると思

いますので、医療関係者の方々には、慎重な判断が求められることを強調しております。

その上で、50歳以上、約9400人の高血圧患者を対象とした大規模臨床試験ですので、より厳格な降圧目標の達成を支持する今回の結果が、今後のガイドラインの目標値設定に大きなインパクトをもたらす可能性はあります。すぐに見直しをするわけではないが、今回の調査が

「驚くべき結果」であり、今後のガイドライン見直しに向けた「大きなインパクト」となることを認めた。

しかし、現行の高血圧の治療ガイドラインでは「140未満」が目標とされてきたのに、もし方が一ガイドラインが「120未満」まで引き下げられることになれば、高血圧患者やその予備群にとって青天の霹靂である。

厚生労働省の国民健康・栄養調査報告(平成25年)

によれば、日本人の成人男性の平均血圧は135・3、女性性は129・5で、どちらもすでに120を超えている。仮に現行の140未満が120未満に引き下げられた場合、男性の43・3%、女性の38%が新たに高血圧に含まれてしまうことになるのだ。今まで高血圧の範疇に入らなかった多くの人々が、続々と「患者」の仲間入りすることになる。

新聞各紙の報道で、多くの高血圧患者が「120未満」という数字を目にした

や医師の間に混乱が広がっている。くどうちあき脳神経外科クリニックの工藤千秋院長は現状をこう話す。

「記事を見た患者さんから、『先生、今まで140まではいいと聞いていたのに、新聞では120未満といっている。ホントにいいんですか?』と聞かれることが増えました。どっちが正しいんだというのが率直な気持ちだと思います。今後ま

## 「血圧147は健康」との矛盾

血圧はどこまで下げるべきかについては、これまでもたびたび熱い議論のテーマになった。

近年では、「血圧147は健康」論争が記憶に新しい。14年4月4日に日本人間ドック学会は、健康保険組合連合会との共同研究による「新たな健診の基本検査の基準範囲」と題した報告書を発表。人間ドック健診受診者約150万人から約34万人の「健康人」を選び出し、さらにそこから超

すまず増えるでしょう。

私は今まで通り、『あなたが元気だったらいいんです』と答えています。日本人と欧米人は体質も違いますから、欧米の報告をすべて正しいという風に考えなくていいんじゃないかと。そうはいつでも不安になるのが人間で、「血圧を下げる薬をもっと処方しろ」と言い出す患者が出てきて不思議ではない。

00人を絞り込み、その「基準範囲」を公開したものだ。このかつてない大規模調査から、人間ドック学会は「正常な基準範囲」の上限として現行基準の140よりも緩い147という数値を公表した。つまり、これまでなら高血圧とされたはずの147までを「正常」の範囲内としたのだ。

基準が147以下になれば、今まで「病气」と診断されて薬を処方されていた人の一部が、病気でなくな

って議論が百出。本誌でもいち早く「血圧147は健康」で「病人1800万人減」のカラクリ(14年5月2日号)と大々的に特集した。

しかし、この人間ドック学会の発表に対し、高血圧学会や動脈硬化学会など専門学会が猛反発した。高血圧学会は同年4月14日、人間ドック学会が示した新基準に対し、「本当に正常といえるか不明であり(中略)一部には「要再検査、要治療」が含まれている」との見解を示した。動脈硬化学会はさらに激烈で、23日に(人間ドック学会の「基準範囲」は日本国民の健康に悪影響を及ぼしかねない危険なもの)と断じ、人間ドック学会を非難した。

あまりの騒動に、人間ドック学会側も「あくまで健康の目安であり、病気のリスクを示したものではありません」とトーンダウンしてしま

患者のなかに「血圧147は健康なのか」という疑問