

令和2年度 特定健診・特定保健指導実践者育成研修 Q&A①

(当日回答したものは省いています)

第一日「メタボリックシンドロームの概念」吉川 隆一 氏 Q&A

- ① 医師の立場として、保健指導実施者が住民の皆さんに保健指導をする際に、大事にしてほしいポイント
はありますか？

医師は慢性疾患患者を診察するのは月1、2回、時には2か月に1回の場合もあります。従って、問診で確認はするのですが、患者さんの日常生活が実際どのような姿なのかを、正確に把握し得ないことが少なくありません。保健指導を実施する立場の方には、患者さんの日常生活がどのような姿であるか、観察して頂き、その情報を主治医に伝えて頂ければ、と願っています。

- ② 毎日測定し、一日のうち必ず1回は高血圧の値であり、再度測定すると正常血圧になる場合、測り直して正常に戻れば問題ないのでしょうか？

高血圧学会では、「朝起床後と夜睡眠前の2回家庭で血圧測定を行うこと」を勧めています。また、各測定時には2回測定して、2回の値を記録するように勧めています。ただ、代表する値としては2回の平均値を用います。

ご質問の高血圧範囲内の血圧値が午前であれ午後であれ、高血圧の範囲内の測定値であれば、「高血圧」と診断し、治療の対象となります。朝であれば「早朝高血圧」、夜であれば「夜間高血圧」と呼んでいます。初期の高血圧患者に見られる状態です。