


特集 高血圧② お薬編

高血圧の治療において、生活習慣の改善だけでは血圧が下がらない場合や重度の高血圧には、薬物療法が必要になります。降圧薬を服用することで、血圧を下げ、脳卒中や心臓病などの合併症や臓器への悪影響を防ぎます。

降圧薬は、あくまで血圧を下げる薬であって、高血圧を根本的に治すものではありません。恐ろしい合併症を防ぐためにも、自己判断で中断することなく、薬をきちんと飲みましょう。

分類	薬の働き	主な薬品名
カルシウム(Ca)拮抗薬	血管の筋肉へのCaの流入を抑え、血管を拡げる	アダラート、アテック、アムロジピン、アムロジン、カルブロック、コニール、サリペックス、ジルチアゼム塩酸塩、ニフェランタン、ノルバスク
アンジオテンシンⅡ受容体拮抗薬(ARB)	血管を収縮させる「アンジオテンシンⅡ」の働きを抑える ※心臓や腎臓の病気を合併したり、糖尿病を有するような時によく使われる	オルメテック、ディオバン、ニューロタン、プロプレス、ミカルディス 
アンジオテンシン変換酵素(ACE)阻害薬	「アンジオテンシンⅡ」の生成を抑える(ARBと良く似た作用を有する)	エースコール、カプトリル、タナトリル、リシノプリル、レニベース
利尿薬	腎臓で尿中へのナトリウム(塩分)の排泄を促す	アルダクトン、セララ、トリクロールメチアジド、フルイトラン、フロセミド、ラシックス

β遮断薬	心臓の負担を減らす	アルマイラー、インデラル、セレクトール、テノーミン、メインテート、ロブレソール
α遮断薬	血管の収縮を抑える	カルデナリン、バソメット
αβ遮断薬	α遮断薬とβ遮断薬の両方の作用を持つ	アーチスト、アルマール
血管拡張薬	血管を拡げる	アプレゾリン
配合剤 (利尿剤+ARB) (Ca拮抗薬+ARB)	薬の数が上がる負担や飲み忘れを軽減するために、2種類の薬の成分を合わせて1錠にしたもの	エカード、コディオ、ミカムロ、ユニシア、レザルタス

寒いと血管は収縮するため、冬は夏よりも血圧が高くなる傾向にあります。まだまだ寒さが続きます。急激な温度変化に注意して、血圧管理に気をつけましょう。
(荃田)

今月の小ネタ

グレープフルーツ



グレープフルーツは、フロリダやカリフォルニアからの輸入品がほとんどです。旬の時期がフロリダ産が11～6月、カリフォルニア産が6～11月で一年中食べられる果物です。リラックス効果があるため、アロマオイルにも用いられています。

☆主な成分と働き☆

ビタミンC：美肌効果、抗酸化作用によるガンの抑制や予防効果。
クエン酸：酸味の元。疲労回復や唾液、胃酸の分泌を高め、食欲を高める効果。
ナリンギン：苦味成分の元。抗酸化作用や抗炎症作用。
カリウム：ナトリウムの排出作用による血圧の抑制効果。
※果肉がピンク色の種類にはβカロチンやリコピンも含まれている。

★ご注意を！！★

果肉に含まれているフラノクマリンという成分は、一部の医薬品と相互作用（意図しない効果）があります。果肉やジュースを摂ることにより、薬の効果が強くでたり、副作用が現れやすくなる可能性があります。

- ・カルシウム拮抗薬（高血圧の薬）
- ・一部の脂質異常症の薬 など

カロリーが低くて脂質や糖分も少ない為、ダイエットにも効果があるといわれていますが、栄養素が偏らないようバランスの良い食事を摂りましょう。（宮本）

いちご薬局 かりん薬局 すみれ薬局
つくし薬局 さくらんぼ薬局 いちご薬局北店