

災害時の血圧の特徴とその管理の要点

－被災地の血圧管理にぜひ活かしてほしい！－

多くの被災者の支援活動にあたっておられる医療関係者、行政、ボランティアの皆さんには心より敬意を表します。

被災地周辺では、血圧レベルが増加します。震災後の循環器疾患の発症抑制には、血圧コントロールが極めて重要です。この血圧上昇に対して、震災時の血圧上昇の特徴と血圧管理の要点をまとめました。

これまでに、災害時の血圧管理の十分なエビデンスは存在しません。阪神淡路大震災時の継続した医療を通じて得た経験と客観的な数字からなるレトロスペクティブなエビデンスに基づき作成しています。

被災地では寒さが続き、薬剤が十分に行き届かなかつたり、まだまだ避難所の整備も十分ではない状況にあると思いますが、一つの目安として、お役立ていただけましたら幸いです。

平成 23 年 3 月 20 日

自治医科大学附属病院循環器センター内科部門(循環器内科)

荻尾七臣

災害時の血圧上昇の特徴と管理の要点

震災後から2～4週間は血圧が収縮期血圧5～15mmHg程上昇する

- この血圧上昇は一過性であり、震災後4週目には大半が下降する
- しかし、慢性腎臓病患者では、血圧上昇が持続する

災害時の血圧も140mmHg未満を目標とする (㊗)

- 血圧レベルは2週間毎に再評価する
- 120～140/80～90mmHg程度にコントロールする

救護班や医療機関で測定した血圧に加えて、自己測定血圧も参考にする

- 避難所に自動血圧計を配備する
- 災害時には、白衣効果が増大する

災害時には、減塩を強く心がける

- 不眠とストレスにより、食塩感受性が亢進する

災害時の血圧管理

