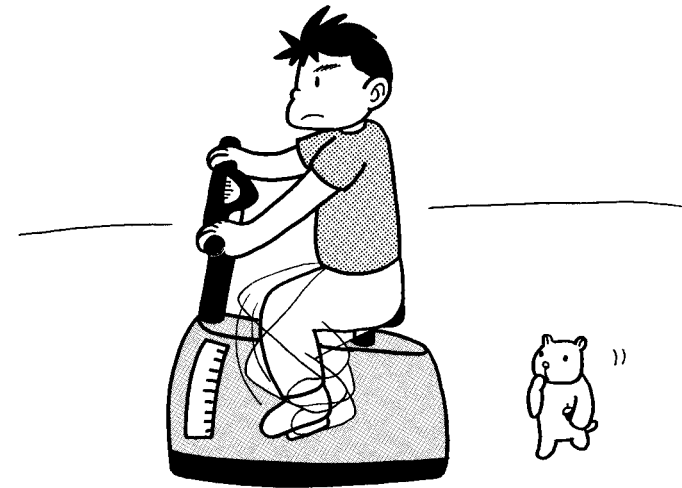


運動負荷時の血圧応答を指標とした高血圧発症リスクの評価とその実践的応用に関する研究

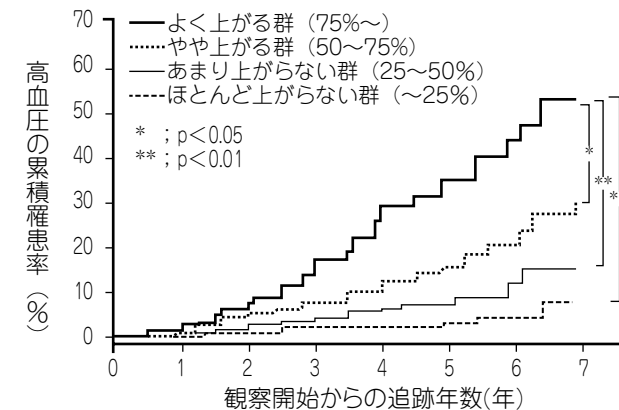
研究代表者 和歌山県立医科大学 宮井 信行

この研究は血圧は正常だが、運動を負荷すると過剰な血圧反応を呈する人について、将来高血圧症に進展する可能性の有無をコホート研究（現時点からの追跡調査）によって明らかにし、さらに、高血圧発症の危険性を回避しうる適切な運動療法の有効性を検討したものです。

正常血圧者726名からなる観察集団を7年間にわたり追跡調査したところ、この間に114名（15.7%）が高血圧に進展しました。この事実をふまえて分析した結果、運動負荷に対する過剰な血圧反応は、安静時血圧を含むその他の交絡因子の多変量補正後も、将来の高血圧進展に影響を及ぼす重要な危険因子の1つであることが確認されました。過剰な血圧反応を示す35名に対して、嫌気性代謝閾値に相当する強度の自転車エルゴメーター運動を週3回、16週間施行したところ、日中活動時の血圧や運動負荷に対する血圧反応性の低下、安静時および運動負荷後における血漿ノルエピネフリン濃度の低下が認められ、運動療法の有効性が証明されました。



運動負荷での過剰な血圧反応は将来の高血圧進展への影響を持つ重要な危険因子の一つだ。



運動中の血圧と将来の高血圧の発症との関係

安静時の血圧が正常な人を運動中の血圧の上がる程度によって4つのグループに分け、その後7年間の高血圧の発症を調べると、運動中に血圧がよく上がる人ほど高血圧の累積罹患率が高かった。