

岸本 千晴

京都大学大学院医学研究科循環器内科学 助教

高齢者高血圧患者におけるホームエクササイズによる降圧効果の評価。中心血圧測定を用いて。

高血圧では、心機能異常による要因のほかに、付随する炎症反応、不安・うつ気分などの精神異常、さらに酸化ストレスや末梢筋の萎縮によるADL(Activity of Daily Life)不足などが複雑にからみあい、ますます高血圧症を悪化させる。特に、高齢高血圧患者ではそれが顕著である。

一方、心機能回復を目的として臨床現場に導入された心臓リハビリテーションは、心機能回復（中心効果）のみならず、免疫増強作用・うつ気分改善作用（末梢効果）などもたらされ、今日広く行われている。

本研究は、そのような背景のもと、80歳以上の症状の安定した高齢高血圧患者を対象に、週3回のホームエクササイズを行い、ホームエクササイズを行わない群との比較で、中心血圧測定による降圧効果、心臓機能、身体活動回復などを約4ヶ月間にわたって評価したものである。

その結果、心機能そのものには両群で差が見られなかったが、ホームエクササイズにより降圧効果とADL 値が上昇した。