

ヨーロッパ高血圧ガイドライン 2013

血圧の目標値は 140/90mmHg 未満

ヨーロッパ高血圧学会（ESH）とヨーロッパ心臓病学会（ESC）は 2007 年版以降に発表された研究データに基づき、6 年ぶりに高血圧管理ガイドラインを改訂した。

2007 年版では低～中等度リスク患者の血圧の目標値を 140/90mmHg とし、心臓血管病、糖尿病、腎臓病などをもつ高リスク患者では 130/80mmHg 未満とされていたが、今回の 2013 年版では、リスクと関係なく 140/90mmHg 未満を目標値として統一した。

ただし、糖尿病のある人では拡張期血圧を 85mmHg 未満を推奨している。

高齢者に対しては、血圧を下げすぎることの弊害を避けるため、80 歳以下で収縮期血圧 160mmHg 以上の場合は、140～150mmHg を目標とし、身体的や精神的な状態が良ければ 140～150mmHg を目指すよう勧めている。

今回の改訂では、家庭血圧の測定や総合的な評価の重要性が強調されている。

（出典：European Heart Journal 2013; 34: 2159-2219）