

だいじょうび?

イナーシャ

イナーシャ (inertia) という言葉をお聞きになったことがあるでしょうか? 英語で「慣性」や「惰性」と日本語に訳されていますが、私がこの単語を初めて知ったのは、高血圧治療ガイドライン2019の中の記述からです。高血圧治療ガイドラインは2000年から約5年毎に発行され、臨床医が高血圧症患者に対して高血圧合併症の発病予防、進展抑制をめざし、また適切な治療をするための標準的な指針とその根拠を示すことを目的としています。平成31年4月に発行された第5版には、2014年版になかった章「高血圧管理の向上に向けた取り組みと今後の展望」があります。現在高血圧患者の57%しか治療を受けておらず、また治療中の患者でも降圧目標に達している割合は50%前後しかありません。新しいガイドラインでは降圧目標は75歳未満の成人の家庭血圧：125/75未満、診察室血圧：130/80未満、75歳以上成人の家庭血圧：135/85、診察室血圧：140/90未満とされていま

姫路市医師会
スポーツ医学
委員会



三和秀輔

す。(あくまでも大原則であり、合併症などにより目標値は変わります。)治療中の患者の血圧のコントロール不良の原因は以前から患者の薬の内服が不規則、不適切な生活習慣など主に患者側の要因が挙げられていました。しかし新しいガイドラインには医師側が治療強化せず、不十分な血圧のコントロールを放置したままの状態、つまりイナーシャの状態が原因のひとつと記載されています。医師側の主な原因は患者数が多く、一人の診察時間が短いため、コントロール不良を認識しているにもかかわらず処方変更しない、また患者側では新たな投薬を望まないことなどが挙げられています。イナーシャは高血圧症に限らず、糖尿病、脂質異常症など他の病気でも当てはまります。また医療以外の日常生活でもイナーシャの状態になっていることが多くあり、慣性の状態、惰性、イナーシャにならないよう気をつけたいものです。