

9/●● ●:00ころ 第三回目 >>追加質問です 血圧測定をしました 家庭用の権威電子血圧計です 上 158 下 103 脈拍 103 でした 注したほうがいいことはありますか？？

ChatGPT:

追加情報ありがとうございます。血圧と脈拍の測定値を整理しますね。

測定値

- ・ 収縮期血圧(上):158 mmHg
- ・ 拡張期血圧(下):103 mmHg
- ・ 脈拍:103 /分
- ・ 測定方法:家庭用電子血圧計(オムロン等と同じクラスと推測)

判定の目安

- ・ 日本高血圧学会(JSH 2019)基準では:
 - 収縮期血圧 ≥ 140 または 拡張期血圧 ≥ 90 → **高血圧**
 - 収縮期 ≥ 180 または 拡張期 ≥ 110 → **重症高血圧(緊急受診を考慮)**
- ・ 今回は 158/103 → **高血圧 2 度**に相当。
- ・ 脈拍も 100 を超えており 頻脈(不整脈か、単なる緊張・疼痛反応かは不明)。

臨床的解釈

- ・ 一回の測定だけでは確定診断にはならないが、**高血圧として要注意の数値。**

- 脈拍 103 も、安静時としてはやや高め → 疼痛・不安・飲酒・カフェイン・甲状腺疾患など多因子。
 - 既往に胃手術・腸閉塞あり、70 歳男性、整形外科通院中 という背景を考えると、循環器リスクは軽視できない。
-

注意すべきこと

- 直ちに救急搬送すべきレベルではない(180/110 以上ではないため)。
 - しかし 高血圧と頻脈が持続する場合は、循環器内科での精査が必要。
 - 特に以下があれば早急に医師へ：
 - 頭痛、めまい、胸痛、息切れ
 - 視覚異常(かすみ目、視野欠損)
 - 脳卒中症状(片側麻痺、言語障害など)
-

あなたが今できること

1. 安静にして数日間、朝・晩で繰り返し測定(最低 3 日分)
 2. 記録を整形外科またはかかりつけ医に提示
 3. 高血圧管理の必要性を相談
 4. 水分・塩分・アルコール・喫煙・ストレスなどの生活要因もチェック
-

推奨アクション

- 次回通院時に必ず報告(整形外科でもよいが、可能なら内科/循環器科が望ましい)。
 - 症状が強い場合(胸痛・強い頭痛・神経症状)は 救急外来。
-

📄 結論:

- ・ 今回の値は「高血圧 2 度＋頻脈」であり、**放置は危険**。
- ・ **すぐ救急ではないが、繰り返し測定して医師に早めに相談**すべきです。

ご希望なら、この患者さんのカルテに添付できる形で **血圧評価コメント**(臨床記録用)を作成しますか？

あなた:

終わってからもう一度測定します

ChatGPT:

はい、それがとても良い判断です 🍀

血圧は以下のように **条件で大きく変動**します:

- ・ 測定直前の会話や動作(緊張・痛み)
- ・ 咳・排尿・飲食・喫煙・カフェイン摂取
- ・ 測定時の体位(足を組む・腕の高さなど)

正しく測るポイント(家庭血圧測定)

- ・ 5 分以上安静にしてから測る
- ・ 椅子に腰かけ、足は床に着ける(組まない)
- ・ 腕は心臓の高さに置く
- ・ できれば 2 回測定して平均を記録

もし再測定後

- ・ 140/90 未満 → 一時的上昇だった可能性大(痛み・緊張など)
- ・ 140/90 以上が**続く** → 高血圧あり、医師に報告すべき

- 180/110 以上 or 症状(頭痛・胸痛・しびれ・視覚異常)あり → 救急外来受診を検討

📝 測定後の数値をまた教えていただければ、さらに具体的に「すぐ医師に伝えるべきか」「経過観察でよいか」を整理します。

ご報告をお待ちしています。

あなた:

もう一度施術後、再検査した 急いできて血圧が上がっていた可能性があるため 上 136 下 92 脈拍 90 でした いかがでしょうか？

ChatGPT:

再測定結果ありがとうございます。整理しますね。

測定値(施術後・再検査)

- 収縮期血圧(上): 136 mmHg
- 拡張期血圧(下): 92 mmHg
- 脈拍: 90 /分

判定

- 血圧
 - 136/92 mmHg → 収縮期は基準内ですが、拡張期が 90 を超えており「境界～軽度高血圧」に相当します。
 - 先ほどの 158/103 より明らかに低下 → 「来院直後の緊張・急ぎ足・疼痛反応」で上がっていた可能性が高い。
- 脈拍

- 。 90/分 → やや速いですが、先ほどの 103 から改善。緊張や痛みによる頻脈が落ち着いたと考えられます。

臨床的意味

- ・ 緊急性はない → 救急対応は不要。
- ・ ただし、下の血圧が 90 を超える状態が繰り返し観察されれば **持続的な高血圧** の可能性がある。
- ・ 患者背景(7●歳男性、整形外科通院中、既往に●●●手術・●●●など)を考慮すると、循環器リスク評価は将来的に必要。

推奨アクション

1. **家庭での継続測定:**
 - 。 朝(起床後・食前)、夜(就寝前)に記録。
 - 。 1 週間程度の平均値をとる。
2. **次回通院時に整形外科または内科に報告:**
 - 。「先日 158/103、その後施術後は 136/92、平均すると高めかもしれない」と伝える。
3. **注意点:**
 - 。 頭痛・胸痛・息切れ・しびれ・視覚異常などがあれば直ちに医療機関へ。

まとめ

- ・ 今回の再測定値は改善しており緊急性なし。
- ・ ただし「下がやや高め」が続くようなら高血圧管理が必要。
- ・ 患者説明の際は「今日の結果は安心ですが、今後も記録して先生に伝えましょう」と伝えると良いです。

📝 ご希望なら、この結果を臨床記録用に「**血圧再測定所見コメント**」として書式化しましょうか？

あなた:

ありがとうございます。また次回も血圧測定し3回くらい様子見て高い傾向があれば医師に報告し、循環器系の内科を受診するよう伝えたりしようと思います

ChatGPT:

はい、それでとても良いと思います 🍀

推奨される流れ

1. 連続測定
 - 来院ごとに測定（できれば朝・夜の家庭血圧もあればさらに安心）
 - 3 回程度の測定で「高めが続く」かどうかを確認
2. 患者さんへの説明ポイント
 - 「血圧は日によって上下しますが、90 以上が続くようなら注意が必要です」
 - 「一度だけの高値なら心配いりません。繰り返し確認していきましょう」
 - 「もし高めが続いたら、循環器内科での相談をおすすめします」
3. 医師への報告の目安
 - 収縮期 ≥ 140 または 拡張期 ≥ 90 が **複数回続いた場合**
 - 特に 160/100 以上なら、なるべく早めに相談

実務上のメリット

- 患者に「様子を見ながら医師に報告する基準」を提示できる
 - 鍼灸院で測定を繰り返すことで、医師に渡すデータが蓄積される（紹介状に数値を列挙できる）
 - 安全性が担保され、医師との信頼関係も強化される
-

㊦ 次回以降の測定結果も含め、**「しびれ・痛みの経過＋血圧推移」**を同じフォーマットで整理すると、医師への報告が非常にスムーズになると思います。

ご希望なら、血圧経過を記録できる **簡単な表フォーマット(臨床記録用・患者説明用)** を作りますでしょうか？