

高血圧

所属 _____

氏名 _____

高齢者に多い疾患－高血圧

問題 1 誤りはどれ？

- ①高血圧を放置すると、動脈硬化や狭心症、心筋梗塞、脳血管疾患などになることが多い。
- ②高血圧になっても自覚症状のないことが多い。
- ③高血圧とは、120／100mmHg以上のことである。
- ④高血圧の食事療法では、塩分摂取1日20g以下を目指す。

MEMO

高齢者に多い疾患－高血圧

問題2 正しいのはどれ？

- ①食事療法だけでなく、運動療法、適切な体重を維持する、アルコールは適量にする、禁煙、酸化した脂肪の摂取を少なくするなどが大切である。
- ②いつもより血圧が高い場合は、降圧剤の飲み忘れがないか、睡眠不足になっていないか、便秘していないかなどを確認することが大切である。
- ③いつもより血圧が高いと顔面蒼白の症状が出ることもある。
- ④高血圧が遺伝するかどうかは、医師によって、意見が分かれていて、はっきりしていないが、本人の生活習慣はほとんど影響しない。

MEMO

高齢者に多い疾患－高血圧

問題3 誤りはどれ？

- ①いつもより血圧が高い時は、負荷のかかる運動をして下げるように努力する。
- ②降圧剤の服用を始めてから血圧が低くなりすぎたとしても飲み続けた方がよい。
- ③血圧の高い人が倒れて意識を失っている場合は、重篤な病気の可能性が高いので、速やかに救急車を呼ぶ。
- ④血圧が急に下がると脳梗塞を起こす場合があるので、注意が必要である。

MEMO

高齢者に多い疾患－高血圧

問題4 誤りはどれ？

- ①高血圧の治療で減塩は重要であるが、塩には種類があつて工場で作られる塩化ナトリウムでできている塩は減塩したほうがよく、岩塩や海の塩などは、減塩しなくてもよいことがわかってきた。
- ②肥満の高血圧の人が体重を減量しても血圧には変化はない。
- ③糖質を制限すると高血圧の方の血圧が下がることもある。
- ④高血圧の治療にはハードな運動を毎日実施することが重要である。

MEMO

高齢者に多い疾患－高血圧

問題5 誤りはどれ？

- ①降圧剤の副作用としては、めまいやふらつきがある。
- ②降圧剤の内服治療をしている方は、薬の作用により転倒しやすいので注意が必要である。
- ③高齢者のめまいは、内耳の障害、更年期障害、高血圧などが原因である。
- ④本態性高血圧とは、理由がよくわからない高血圧のことである。

MEMO

高齢者に多い疾患-高血圧

問題6 事例問題

介護施設に入居中の方の血圧が、9時の段階で190/110であった。通常は、160/90程度である。降圧剤も飲んでいて、今朝も忘れずに飲んだとのこと。軽い頭痛も訴えている。

介護施設では、10時からラジオ体操のプログラムがあり、いつも積極的に参加している方である。

さて、介護職員としてどう対応するか？

MEMO
