医薬品の評価集団として信頼しています

大学で脂質栄養生化学の教育と研究を続けているとき、本誌を知人の医師に紹介され、それ以来 15 年以上にわたって、私の最も信頼する薬の情報誌となっています。

企業とのかかわりがなく、患者のための薬の情報を発信されていることを、私の研究対象である“いわゆる脂質異常症と動脈硬化性疾患の関係”などを通じて納得し、その卓見を参考にさせてもらってきました。私のような臨床経験のない者にとって、この薬の評価集団は、「世界の臨床での評価とともに、エビデンスに基づく情報発信」をしていただける点で、最も信頼でき、尊敬しています。

医療人は、学会のガイドラインに従っていれば間違いはない、あるいは責任を逃れられると考えているとすれば、大きな間違いです。現在、各種学会から発信されるガイドラインは、グローバル企業によってゆがめられており（生活習慣病に関していえば）、医療法に抵触している可能性が極めて高いのです。患者・国民に良質で適切な医療を提供するためには、企業に支配されていない薬の情報が必須です。今後もこの姿勢を貫いてくださることを期待しています。（愛知県：奥山治美、名古屋市立大学 名誉教授・薬博）

Q 高血圧は新型コロナウイルス感染のリスクになるか？

小生は消化器が専門ですが、地域の一開業医として当然ながら内科全般をみています。今般の新型コロナウイルスと高血圧について以下のことを質問します。ご回答をよろしくお願いします。

Q 1． 高血圧の患者が中国でかなり死亡しており、リスク因子として報道されています。新型コロナ感染の患者は、高血圧で治療中であると死亡のリスク因子なのでしょうか。リスク因子だとすると、なぜ高血圧がそうなのかお教えください。高血圧の患者は免疫力が落ちていると主張する専門家がいますが、本当でしょうか。

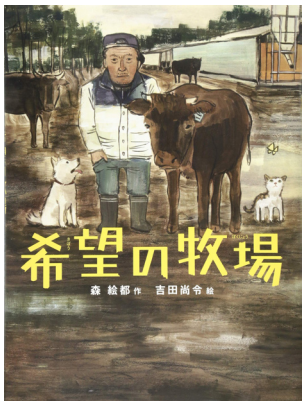
Q 2． また降圧剤である ACE 阻害剤と ARB を服用していると新型コロナ感染症に罹患しやすいと主張する専門家がいます。貴誌のご見解をお聞かせできうればと思います。（埼玉県：開業医）

A 血圧上昇も降圧剤もリスクになる

ご質問の高血圧と新型コロナウイルス感染との関連については、総説（55 頁）および Web 速報版 No 185（https://www.npojip.org/）に詳しく解説しましたので、ポイントを示します。

書評

希望の牧場



本書は、2011 年 3 月 11 日に発生した東日大震災の福島の原発事故によって、それまでのように当たり前に「牛飼い」として生きていることが難しくなった人の実話です。原発施設から半径 20km 圏内にある彼の牧場の牛たちは、放射能を浴びたため、売れなくなりました。やがて、国が牛の殺処分の決定を下し、その同意を求めて彼のもとへ来ます。彼は断ります。

仲間の牛飼いには、涙をのんで牛を殺処分する人もいました。でも、彼は悩みながらも 300 頭以上の売れない牛と生きていくことを選びました。絵本というだれもが手にしやすい形をとって、原発の事故で人生が変わってしまった人の生活が、淡々と描かれています。

印象に残った個所は、牛飼いが家に戻ってからの様子が描かれている絵です。牛飼いは悲しそうな疲れた表情をしています。お酒をのみながら、その食卓の上には何本ものたばこの吸い殻が置かれています。横の机には飼い猫が気持ちよさそうに寝ています。その相対する 1 人と 1 匹の様子が頭から離れませんでした。

朝は早くから仕事が始まり、雪の降りしきる中、360 頭もの牛に餌をやります。牛は、せっせと餌を食べて糞をして毎日がその繰り返しだけだけれども、それを見ている時が牛飼いは、一番ほっとすると書かれています。

絵本の最後には、「きめたんだ。おまえらとここにいる。意味があっても、なくてもな。」と綴られています。主人公の言葉遣いや、絵のダイナミックさがとても印象的だと思いました。（い）

森絵都作／吉田尚令絵／岩崎書店／変形版 21.7cm × 21.5cm ／ 1500 円＋税

Ａ１．そもそも血圧が高くなる人は強いストレスを抱えている人が多いです。その際に体内から分泌されるアドレナリンなど血圧を上げる物質や、ステロイドは免疫を抑制しますので「免疫力が落ちる」ことになります。

また、ストレスがかかると血圧を上げる別の物質アンジオテンシンⅡも多くなります。血圧が上がると血流が早くなり、血管に「ずりストレス (shear stress)」がかかり、血管内皮に傷ができます。そのために、ACE2 という酵素が高発現して、血圧上昇による過剰な組織損傷を防いでいます。これで炎症は抑制されますが、免疫が抑制されることを意味します。その意味でも、「高血圧の患者は免疫力が落ちている」というのは正しいです。

Ａ２．降圧剤の ACE 阻害剤や ARB を服用すると ACE2 をより多く発現させことが人でも動物実験でも確かめられています。したがってコロナウイルス感染症に罹患してやすいことも、その通りです。

ACE2 の増加の程度は ACE 阻害剤のほうが大きいのですが、全体としての免疫抑制は、ARB の方が大きいです。しかし、だからといって、カルシウム拮抗剤に変更するとこれも、免疫を抑制します。一般には免疫抑制剤との認識はありませんが、ARB 同様、隠れ免疫抑制剤（60 頁表 3 参照）ですから不適切と考えます。若い人なら、β遮断剤のほうがよいでしょう。

この際、徹底的にその人が高血圧になっている背景、つまり、ストレスの原因を、睡眠時間をはじめ、細かくチェックしてみられることをお勧めします。かなりの人の降圧剤を中止することができるのではないかと思います。（文責：浜六郎、本誌編集委員）

＜質問のあった開業医からの返信＞

アドバイスありがとうございます。非正規労働者が 1000 万人を超えている中、低賃金が常態化し、また不規則勤務の長時間労働を強いられている労働者が多い中、実際には浜医師の言われること（ストレスの原因を、睡眠時間をはじめ、細かくチェック）を実行するのはかなり困難と言わざるをえません。仮にチェックしても、それを改善したくてもできないのが非正規労働者や不規則勤務の方々です。一方、老人の生活保護世帯が急増しているというのが臨床の現場です。とはいえ、中途半端かもしれませんが努力したいと思います。

＜浜医師からのさらなるコメント＞

労働環境の厳しさは、おっしゃる通りと思います。ただ、それでも工夫して、少しでもできることを見つけてストレスを減らす努力は大切です。体あってのものです。日常診療だけでも大変とは存じますが、患者さんが生活のありようを工夫するための相談にも主治医（家庭医）としてますます踏ん張ってくださることを期待します。

書評

マスクの品格

新型コロナウイルス騒動が起こる以前の 2019 年 11 月、何ともタイミングのよい時に発刊されている。著者は聖路加国際大学大学院公衆衛生学研究科で、大気浮遊粒子状物質の人体への影響を研究しており、マスクについても長年研究している研究者である。

表紙は少女マンガのようなイラストであり、各章の間には数ページのマンガが描かれていて、イラスト、グラフ、写真も豊富で読みやすい。帯には Why do people wear masks? という英語とともに、マスクを正しく理解し人生を 120％楽しむとあり、読者の敷居を低くしている。本誌も見習いたいものである。

第 1 章の最初に、225 人を対象にした、マスクの漏れ率（マスク内の粒子数 / マスクの外に浮遊している粒子数の百分率）のグラフが掲げてある。なんと平均 86.3％！ 捕捉率の間違いではない、漏れ率である。外の粒子はそのほとんどが体内に入ってきていることになる。マスクと顔との間の隙間をなくす指導を行うと、これが 66.7％までに低下するが、それでも半分以上は入っていることになる。これでは、無意味に思えるが、本誌が主張しているマスクの保温・保湿効果（55 頁参照）は著者も認めている。

今回のマスク不足騒動を通じて、マスクの正しい装着法、意義、流通等に市民がもっと関心を持てば、騒動に意味があったのかなと思う。評者は 40 年以上、花粉症に苦しみ、春には必ずマスクをつけて外出しているが、この 40 年間のマスクの進化は素晴らしいものがある。今後も進化していってほしい。（き）

大西一成／幻冬舎／四六版 223 頁／ 1200 円＋税