

解説：

高血圧の患者では、その人がどのようなリスクを持っているかで層別化を行う。

脳心血管病に対する予後影響因子として、高血圧以外に 65 歳以上、男性、喫煙、脂質異常症があれば第二層のリスクに分類し、糖尿病、脳卒中、心筋梗塞、非弁膜性心房細動、蛋白尿のある CKD は一つでもあれば、第三層のリスクとなる。

第三層リスクのいずれか 1 つあるいは第二層リスクが 3 つ以上あれば、脳心血管病リスクは高リスクとなる。診察室血圧で、140/90mmHg 以上の高血圧がある場合は生活習慣の修正とともに、直ちに薬物治療を開始する必要がある。

この例は糖尿病があり、かつ家庭での血圧が 138/86mmHg なので、高血圧として降圧薬での治療を直ちに開始すべきである。

<120/80mmHg の正常血圧ならば、適切な生活習慣を推奨して、1 年後に再評価する。

120-129/<80mmHg の正常高値血圧ならば、生活習慣の修正を指示して 3-6 ヶ月後に再評価する。

130-139/80-89mmHg の高値血圧ならば、生活習慣の修正を指示して概ね 3 ヶ月後に再評価する。

解答：e

尚、この問題は日本医師会生涯教育講座コンテンツ「高血圧 (CC・74)」を参考に作成しました。