

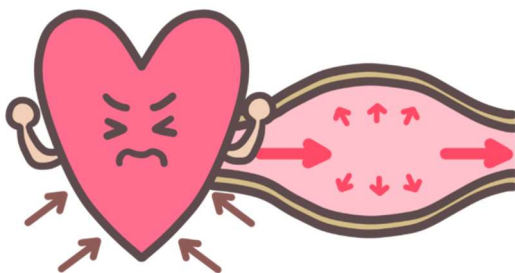
血圧ってなに？

私たちのからだは、24時間絶えずエネルギーが必要です。そのエネルギー(酸素と栄養)は、血液を介してからだのすみずみへ心臓から送り届けられています。

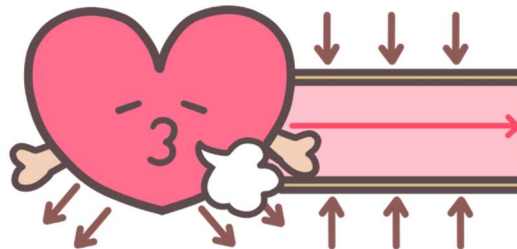
血圧は、心臓が血液を送り出したときに、血管を押す圧力のことです。

からだの血管は、心臓から血液が送り出される部分(大動脈)が最も太く、500円玉の大きさから、えんぴつ、シャープペンシルの太さ、毛細血管と細くなっていきますが、からだ中に血液を送り届けることができるのは、強い力で送り出しているからです。

心臓が縮んで(収縮)して、血液を送り出した最も高い血圧を収縮期血圧(上の血圧)、心臓が広がって(拡張)血液をため込んでいる最も低い血圧を拡張期血圧(下の血圧)といいます。



収縮期血圧(上の血圧)



拡張期血圧(下の血圧)