



豊田厚生病院
血液内科医長

高木雄介

どろどろの血液(多血症)

健康診断で「正常より血が濃い(赤血球が多い=多血症)」と言われた方もいらっしゃるのではないのでしょうか。血が濃いというのは貧血(血が薄い)の逆なので問題ないと思われるかも知れませんが、そうではありません。血が濃いと血液がドロドロの状態になって、心筋梗塞や脳梗塞などの血管が詰まる病気(血栓症)になりやすくなります。赤血球は多すぎても少なすぎても良くないのです。

多血症の症状

無症状のことが多いですが、赤ら顔、頭痛、耳鳴り、めまい、皮膚のかゆみ、高血圧などがみられることもあります。

多血症の原因と対策

多血症の原因は大きく分けて2つあります。1つは水分摂取不足や多量の発汗、下痢などで血液中の水分が減り赤血球の割合が増えるもの(相対的多血症)で、これは水分を補給すれば改善します。もう1つは、何らかの

原因により赤血球の産生量が増えすぎるもの(絶対的多血症)です。これには血液自体の異常が原因でおこる「真性多血症」、高地居住、肺・心臓の病気にもなる酸素欠乏や、エリスロポエチンというホルモンを産生する腫瘍などによる「続発性多血症」のほか、「ストレス多血症」といって、肥満、高血圧があり喫煙や飲酒の習慣がある中年男性に多くみられるものもあります。

真性多血症や続発性多血症は詳しい検査や治療を受ける必要があります。ストレス多血症は禁煙、飲酒制限、体重管理など生活習慣の見直しや、高血圧や高脂血症のコントロールにより改善が期待できます。しかし、健康診断の結果や症状のみから原因を特定する事は難しいので、多血症を指摘された場合には一度かかりつけ医の先生に相談してみましょう。