

血液が血管の中を通るとき、血管にかかる圧力のことを血圧といいます。心臓が収縮して血液を押し出した瞬間は、血管にいちばん強く圧力がかかります。これが収縮期血圧（最高血圧）です。そして、収縮した後に心臓がひろがる（拡張する）ときには、圧力がいちばん低くなります。これが拡張期血圧（最低血圧）です。収縮期血圧と拡張期血圧のどちらが高くても、高血圧症といいます。（血圧は、心臓が送り出す血液の量（心拍出量）と、それを流す血管の通りにくさ（末梢血管の抵抗）とで決まってきます）

血圧の分類	収縮期血圧	拡張期血圧
至 適	120mmHg未満	80mmHg未満
正 常	130mmHg未満	85mmHg未満
正常高値	140mmHg未満	90mmHg未満
高血圧症	140mmHg以上	90mmHg以上

高血圧症が起こる原因はさまざまですが、原因がはっきりわかる高血圧（2次性高血圧症＝症候性高血圧）は全体の1割位です。ほとんどの方の高血圧は原因が特定できないので、本態性高血圧症といわれます。

高血圧になっても、自覚症状が出ることはほとんどありません。人によっては、高血圧症と診断される直前から肩こりがひどくなったとか、頭痛がするようになったとかいう方もいますが、高血圧だけに特有の症状ではないので、本当にこれが高血圧で起きていたかどうかわかりません。つまり、症状だけで高血圧を見つけることはできません。

そのため、定期的に血圧を測っていないと、高血圧を発見することは難しくなります。健診を受けていれば早めに発見できることもあります。また、定期健診で早いうちに発見できても、自覚症状がないからと放置していると、後から困ったことが起きることになります。

高血圧は、血管の老化（動脈硬化症）を早めることになり、虚血性心疾患（狭心症や心筋梗塞）や脳血管障害（脳卒中など）を起こす原因となります。症状がほとんどないままに、長年かかってひそかに血管を蝕んで、命にかかわる病気を引き起こすため、「サイレント・キラー」とも呼ばれます。

血圧が 115/75mmHg までは、低い人ほど心臓や脳血管の合併症を起こす危険度が少ないという報告もあります。