



## 血管迷走神経反射について

病院や健康診断などで、皆さんも一度は採血をしたことがあると思います。当会でも日常的に採血を行っており、その中で一定数「採血で貧血症状になったことがある」と申告される方や、採血中や採血後に気分が悪くなられる方がいらっしゃいます。また、採血に限らずコロナワクチン等のワクチン接種の際にも生じることがあるので、近年は「血管迷走神経反射」という言葉を耳にしている方もいらっしゃるかと思います。今回はその原因といわれる「血管迷走神経反射」についてご説明したいと思います。

血管迷走神経反射とは、心理的不安や緊張や痛みなどのストレスによって生じる体の反応で、迷走神経の興奮に伴う**血圧の低下**や、**徐脈(脈拍の減少)**により脳への**酸素供給が不足**し症状が出現すると考えられています。症状としては、軽度の場合は**気分不快・あくび・冷汗・顔面蒼白**などが起こり、重度の場合は**嘔吐・意識消失・痙攣**などを起こします。



血管迷走神経反射自体は**横になって休むことで治ります**ので、特に健康上大きな問題になることはありませんが、転倒により怪我をしまわないよう注意が必要です。



睡眠不足や疲れている時、長時間立っている時、採血に対する恐怖からくる過度な緊張の精神的ストレスを感じた時などに、血管迷走神経反射は起こりやすくなりますので、健康診断を受診する前日は**十分な睡眠を心がける**ようお願いいたします。

また、過去に採血で気分が悪くなったり、失神(一時的に脳への血流が減少することで意識を失うこと)などを経験したことがある方は、**あらかじめベッド上で横になって採血することも可能ですので、遠慮せず採血担当者に申し出てください。**



皆様が安心・安全な健康診断が実施できるよう、努めてまいりますのでご協力をお願いいたします。

参考資料: 標準採血法ガイドライン(日本臨床検査標準協議会)

厚生労働省 HP 新型コロナワクチン Q&A