

乗務判断のポイント

血圧値による

スタート

測定1回目
上 140未満 かつ
下 90未満

はい

乗務ができません。

毎日の血圧管理をしっかり
しましょう。

5分位あけて

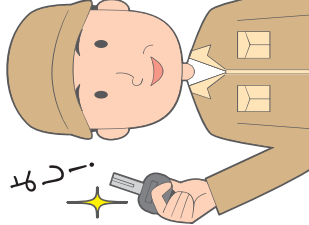
再測定

いいえ

測定2回目が
上 140未満 かつ
下 90未満

はい

よし!



- 日ごろ、血圧値が正常な運転者の方でも、コーヒーなどのカフェイン飲料を飲んだり、タバコを吸ったり、荷扱いをした後は、血圧値が高くなる場合があります。
- 日々、継続して測りましょう。また、記録をつけて数値の推移がわかるようにしておきましょう。
- とくに①50歳以上の運転者、②健診で高血圧、脂質異常症、肥満、糖尿病、臓器障害、心血管病、メタボリック症候群、睡眠時無呼吸症候群を指摘された運転者、③1か月60時間以上の時間外労働時間がある運転者は、血圧値が高く出やすいので注意しましょう。
- 日々の血圧値に一喜一憂するのではなく、数日の平均値からご自身の体調や生活リズムを振り返ってください。
- 点呼時には正常血圧なのに健診では血圧が高く出るとを白衣高血圧と呼びます。一方、点呼時は血圧が高いのに健診では正常の状態を仮面高血圧と呼びます。とくに仮面高血圧は注意が必要です。

乗務可否判断については、産業医がいる事業場では産業医に意見を求めることになりませんが、産業医がいないところでは、主治医に意見を求めることになり、この場合、会社による一方的な判断にならないようするために主治医、会社、個人による十分な話し合いが不可欠です。

2回測定のうち低い方
上 160未満 かつ
下 100未満

はい

上 140以上 または
下 90以上が
数日続いている

はい



**条件付きで乗務が
できる状態です。**

- 運行中は禁煙しましょう。
- 運行中に十分な休憩をとりましょう。
- 荷扱いは慌てないようになしましょう。
- 後日、医療機関を受診しましょう。

2回測定のうち低い方
上 180未満 かつ
下 110未満

はい

**「医者にかかっていない」
「薬を飲み忘れた(治療中)」
のいずれかにあてはる**

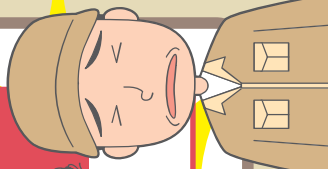
はい

**「めまい」「頭痛」「動悸」
「脈の乱れ」「息切れ」
のいずれかがある**

2回以上あてはまる

**乗務禁止措置を講じる
必要があります。**

**すぐに医療機関を受診して
もらいましょう。**



治療中でも薬を
飲み忘れていれば、
血圧値が高くな
ります

あてはまるものが1つ以下でも
交替ドライバーがいれば
乗務を変更しましょう

必ずあてはまるものが
1つ以下