

第三回 健康管理委員会を開きました!

演題「脳卒中とは ～ならないために、なってしまったら～」

11月8日(火)、講師に虎の門病院神経内科部長の上坂義和先生をお招きして、第三回健康管理委員会を開催いたしました。

上坂先生は脳卒中の超急性期つまり発症当日の治療に多く携わってこられた医師で、20年以上も前から私の良きアドバイザーになっていただいています。

質疑応答の時間が足りなくなるほど会場から多くの手が挙がり、大変活発な会となりました。



脳卒中とは、脳の血管が急に破れたり詰まったりすることで脳の血液の循環に障害をきたし、様々な症状を起こす病気で、日本人の死因のがん・心臓病に続く、第3位を占めています。

50年前は脳卒中死亡の約80%が「血管の破れるタイプ」でしたが近年は約25%まで減少し、かわって「血管の詰まるタイプ」が約15%から約60%に増加しています。

これは動脈硬化を悪化させる、食の欧米化や運動不足、喫煙や多量飲酒などの生活習慣の変化によるものが大きく、是非、多くの脳卒中を予防できる生活習慣の改善を実施して欲しいと話されていました。

今後も健康管理委員の皆様へ役立つ情報提供の場として、年一回の健康管理委員会を継続していきます。

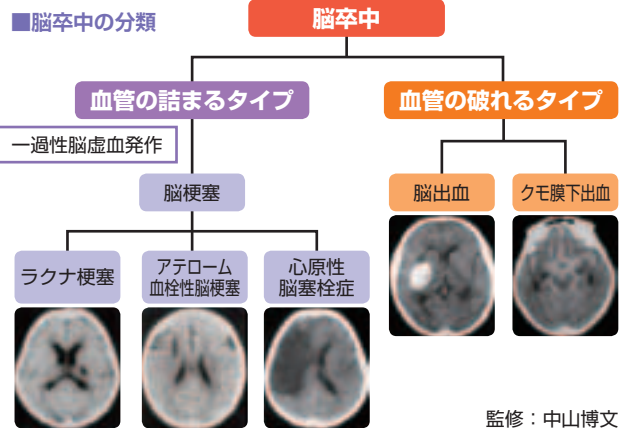
お元気

下山 保健師



ですが!!

脳卒中には「血管の詰まるタイプ」と「血管の破れるタイプ」があります



脳卒中予防には、生活習慣病の各段階での対策が必要です

■生活習慣病の進展と対策

