

週刊文春

5月18日号 定価460円

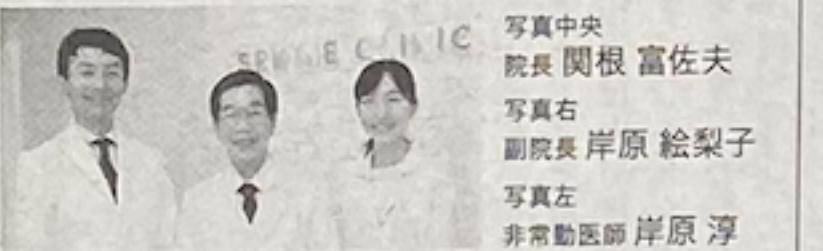


2023.5.18
[文春]

2023.5.18 週刊文春 (PR)

神奈川

関根医院は、地域のかかりつけ医として、皆様の健康に寄り添うことを使命とし、診療に当たっております。まず何よりも、ゆっくりとじっくりと、お話を聞かせください。3名の医師が、それぞれの専門分野で、内科全般の治療に当たります。特に日本内科学会認定総合内科専門医による高血圧、脂質異常の治療、さらに日本糖尿病学会認定糖尿病専門医による糖尿病診療や日本循環器学会認定循環器専門医による心臓疾患の治療に力を入れております。



医療法人社団 関根医院
【診療時間】平日 8:15~11:45/14:15~17:45 土 8:15~11:45
【休診日】木曜日、土曜日午後、日曜日、祝日
TEL.046-286-5431
〒243-0301 神奈川県愛甲郡愛川町角田1343-1
<https://www.ajikawa-sekineclinic.com/>

かかりつけ医の役割を担います。循環器系疾患（狭心症、心筋梗塞、心臓弁膜症、不整脈など）の診断・治療に、高血圧や糖尿病などの習慣病の予防・治療を行っています。

3名の循環器疾患のエキスパートが在籍し、身体面だけでなく精神面の健康にも配慮した丁寧な診療を心がけています。

動脈硬化によつて引き起こされる狭心症・心筋梗塞は生命の危機に直結することがあります。心電計やC.T.、エコーなどで精査し、時には近隣の



降、高い方の腕で測ります。測るタイミングは朝と晩に2、3回ずつ。複数回測つた、平均値を記録していくます。起床後1時間以内、尿が溜まると副交感神経が刺激されて血圧が上がるので、排尿後に測るのが正解です。

受けられるからです。医師や看護師から食事や運動、生活習慣の改善方法、薬の正しい使い方など高血圧に関する有益なアドバイスが得られるのもメリットです。定期的に受診して血圧を測定・検査して、治療の効果を確認するのも重要です。高血圧が適切に管理でき、合併症のリ

病に特化 向面の跨

し、
康を追求



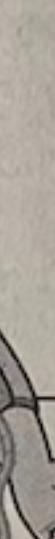
医療新聞DIGITALで
更に詳しい病院情報
が見られます

mmHg未満に下げるこ
とに、食生活や生活習慣
すれば、合併症予防が期
ます。禁煙のほか、過体
血圧者には減量指導も必
果物や野菜の摂取、低

も大事です。椅子に腰かけ、背筋を伸ばし、1～2分安静にしてから測ると、数値が安定します。左右どちらの上腕で測つても構いませんが、両腕の血圧に10 mmHg以上の差があれば、以

10. The following table shows the number of hours worked by each employee.

心臓はポンプのように拍動し、大動脈を通して血液を全身の隅々に送り出しています。高血圧は放出された血液が動脈の血管壁を押す力が常に強い状態をいいます。



動脈の収縮に遺伝的異常が影響しているともいわれています。二次性高血圧は原因が明らかです。腎臓や内分泌の疾患、大動脈狭窄症、非ステロイド系抗炎症薬など特定の薬剤の使用が挙げられます。増悪因子には肥満、精神的緊張、ストレス、喫煙、過度の飲酒、塩分の摂取過多などがあり、高血圧の発症に関与するといわれています。

肥厚し、心房や心室が正しく拡張できません。血液を十分に取り込めなくなります。心臓への負担が増大し、慢性腎臓病をはじめ、不整脈や心不全、心筋梗塞などに罹患し、命を脅かす危険性が高くなります。高血圧が「サイレントキラー（沈黙の殺人者）」といわれるゆえんです。

製品への切り替え、飽和脂肪や総脂肪含有量が少ない食事を心がけるなど、食生活上の転換も必要です。カルシウム、マグネシウム、カリウムの摂取量を保ちながら、アルコール量と塩分摂取量を減らせば、降圧剤による薬物療法が不要になることもあります。

Journal of Health Politics, Policy and Law, Vol. 29, No. 4, December 2004
DOI 10.1215/03616878-29-4 © 2004 by The University of Chicago

命を救う「高血圧の診断」

な合併症の予防を 治療のある医療機関

圧に耐え続けた結果、壁が厚くなり、内腔が狭窄して血流が悪くなります。すると、高血圧がさらに悪化する負のスパイラルに陥ります。この血管の硬化により、動脈性硬化性心血管疾患の脳卒中、心臓発作などを引き起こします。

A cartoon illustration of a man with a sad expression looking up at a table. The table has several items crossed out with large black X's: a bottle and a glass, a bowl of cereal with milk, a bowl of cereal with a spoon, an apple, and a banana. A small piece of paper with the number '1' is visible on the left side of the table.

10. The following table shows the number of hours worked by 1000 workers.