

リビング熊本平成27年11月7日号に『熊本循環器科病院』が掲載されました！

血管がボロボロになる前に…。40歳を過ぎたら正しい対策と予防が必要です！

日本人に多すぎる高血圧。甘くみてはいませんか？

医療法人社団 御幸会

熊本循環器科病院

熊本循環器科病院

検索

熊循では、高血圧などの不安や悩み、素朴な疑問にも答えてくれます

Q、薬を飲み始めたら、一生飲み続けなければいけませんか？

A、多くの方が長期間服用し続けていく必要がありますが、なかには生活習慣を改善することで、薬の減量やまれに服用の中止が可能になる人もいます

Q、薬を飲まずに血圧を下げる方法は？

A、高血圧で病院を受診すると、すぐに薬を処方されると思っている人が多いと思いますが、実際には血圧のレベルや危険因子を探り、まずは以下の6つの生活習慣の修正をしてもらいます

- ①減塩（6g未満/1日）
- ②野菜や果物、魚（魚油）の積極的な摂取
- ③減量（BMIを25未満に）
- ④有酸素運動を中心に1日30分以上、毎日
- ⑤お酒を控える
- ⑥禁煙

高血圧や糖尿病の人は要注意！
脳卒中、心筋梗塞を引き起こす「動脈硬化」

高血圧や糖尿病の人は、動脈硬化になりやすいと言われていています。血管の内側がもろくなり、血管を詰まらせてしまうことで、脳卒中や心筋梗塞を引き起こすことも…。定期的に「血管年齢」を測ることが大切です！



血圧脈波検査

この検査では血管の硬さ（弾力性と詰まり具合）をデジタル化。血管年齢が分かります。約10分1500円（自由診療）。



東バイパス沿い・流通団地近くで30年。地域医療に取り組む「熊本循環器科病院」。熊循という愛称で親しまれている同院では、糖尿病内科の専門医が在籍していることでも有名です。地域に寄り添い「身近なかかりつけ医」としても注目される同院をクローズアップします！

身近な病気から、入院生活までサポート

同院では、県内でもとくに糖尿病や脂質異常症などの代謝疾患に力を入れ、糖尿病の専門医も3人在籍。薬剤師を始め、糖尿病療養指導士5人も各部と連携しながら、患者さんの病状に合った治療や指導を行っています。

日本人に多い「高血圧」。「症状がないから大丈夫」は危険です！

糖尿病内科のほか、内分泌科や脂質代謝内科にも力を入れている同院。寒くなるこれからの季節、血圧に悩む患者さんの来院も多いそう。内科の上村毅郎医師にお話を伺いました。

「日本人は、50歳以上の2人に1人が高血圧と言われています。誰にも起る病気ですが、症状がないからと放置し、その結果動脈硬化を引き起こし、脳卒中や心筋梗塞」



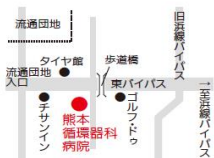
【診療科目】

- 糖尿病内科
- 循環器内科
- 内科 ●内分泌内科
- 脂質代謝内科
- 消化器内科
- リハビリテーション科

☎096(378)0345

- 診療時間 / 9:00～12:00、13:00～17:00
- 休診 / 土曜午後、日曜、祝日
- 駐車場 / あり

※かぜなどの一般的な病気から、健康診断もトータルで受付



[南区御幸苗田2-15-6]

また、糖尿病患者の友の会「熊循御幸会」も発足し、患者さんと共に病気に関する理解や問題解決を目指しているそう。また、「楽しく安心して病院での療養生活を送ってほしい」との思いから、機能訓練（リハビリ）にも力を入れています。心大血管疾患、運動器呼吸器、脳血管疾患等とリハビリの施設基準を満たしているのも、ほとんどの病態に対応できるのも頼もしい限り。「諦めていたこともできるようになった」と感謝の声も。