



市民公開講座のご報告

あなたのハートは大丈夫？
～健康管理があなたの心臓と腎臓を守る～

第34回市民公開講座（令和元年10月14日） アスト津 4階 参加者 243名

令和元年10月14日にアスト津において、第34回市民公開講座「あなたのハートは大丈夫？～健康管理があなたの心臓と腎臓を守る～」を開催いたしました。心臓マッサージ講習会には53名の方に、講習会には243名の方に参加いただき、大盛況のうちに終わりました。メインの講習会では、講師4人は全員三重大学からとなりました。まず、三重大学大学院循環器・腎臓内科学教授 伊藤正明先生より「血圧を測って、さあどうする？」という内容で、新しい高血圧ガイドラインの話も含めて分かりやすくお話いただきました。家庭血圧を測定することの大事さを学びました。また、三重大学医学部附属病院循環器内科 栗田泰郎先生より「再診の急性心筋梗塞の治療について」という内容で、たくさんの動画で分かりやすく説明して頂きました。急性心筋梗塞の死亡率は低下していますが、まだまだ怖い病気であるということがよく分かりました。三重大学医学部附属病院循環器内科 藤田 聡先生からは「不整脈（心房細動）から心臓と脳を守る」という内容で、不整脈の治療の最前線について学びました。不整脈が治る時代になったということがよく分かりました。最後に、三重大学医学部附属病院腎臓内科 片山 鑑より「慢性腎臓病について知ろう」という内容で、慢性腎臓病に関係することを学びました。慢性腎臓病の患者様が意外と多いということを学びました。このように、心臓と腎臓は両方とも高血圧があると臓器障害を引き起こすことが分かり、心臓と腎臓はあらためて関連があるということを知りました。血圧をコントロールすることが健康維持に大事であるため、食事・運動療法を通して健康管理に気をつけていきましょう。

三重大学医学部附属病院腎臓内科 片山 鑑



心臓マッサージ講習会



ヨガ



講演



Q&A コーナー
～皆さんの質問にお答えします～