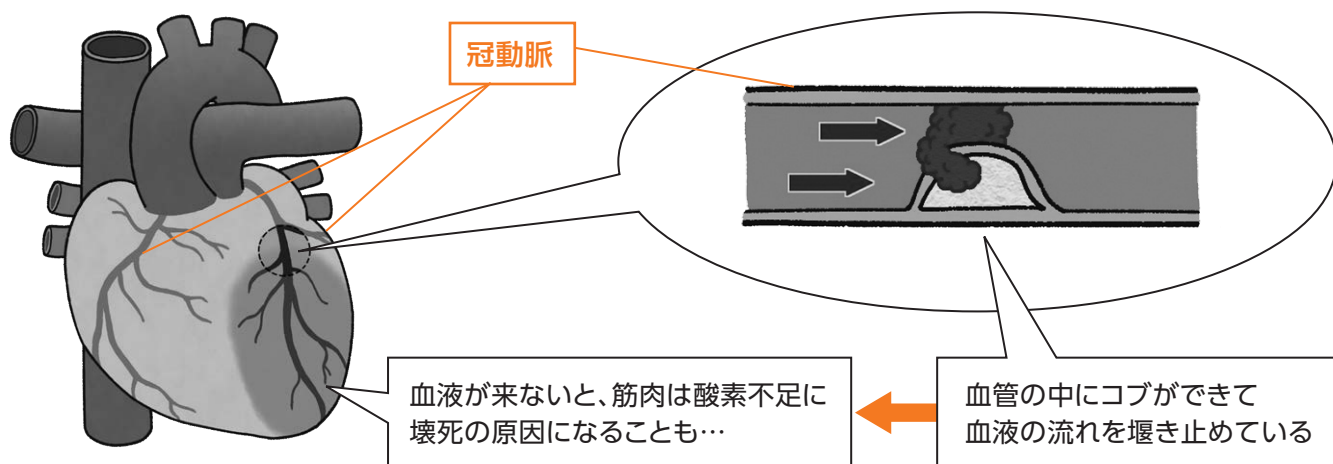


健診を受けて虚血性心疾患を予防しよう!

圖市 健康づくり課 ☎53-5125 図53-5128

米原市では狭心症や心筋梗塞といった虚血性心疾患という心臓の病気で亡くなる方が多いことが分かっています。

心臓は1日に約10万回も収縮・拡張を繰り返す、全身に血液を送り出すポンプの役割をしています。この収縮・拡張する心臓の筋肉に、酸素や栄養を運んでいるのが、心臓のまわりを通っている冠動脈という血管です。この冠動脈が傷んで硬くなったり、詰まったりすることで、心臓の筋肉に酸素や栄養がいかなくなって引き起こされるのが虚血性心疾患です。



冠動脈が、傷んで硬くなったり、詰まったりする原因は遺伝、喫煙、肥満、ストレス、加齢のほかにも高脂血症、高血糖、高血圧など、血液の状態が大きく影響していることが分かっています。

これらの危険因子の一つひとつはごく軽度であっても、併せもつ数が多くなるほど虚血性心疾患の発症リスクは高まります。しかし、危険因子がごく軽度のうちは生活習慣(運動、食事、禁煙)によって改善することが可能です。

【虚血性心疾患の危険因子】

☐ HbA1c 5.6%以上

☐ 血圧
130/85mmHg以上

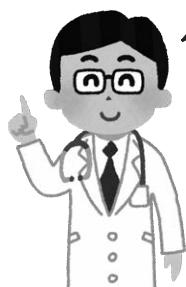
☐ 中性脂肪150mg/dl以上
☐ HDL 40mg/dl未満
☐ LDL 120mg/dl以上

☐ 腹囲
男性85cm以上
女性90cm以上



あなたの血液や血管は大丈夫ですか?

まずは、健診を受けることで、健診結果から今の自分の状態を推測することができます。虚血性心疾患を予防するためにも血液や血管の状態を確認してみましょう!



▲健康診査・
がん検診ガイド



▲申込フォーム

＼ 9～10月は予約枠に空きがあります! /

**令和7年度米原市健康診査・がん検診
(集団健診)の予約受付中!**

▼電話予約はコチラ▼

市 健康づくり課 ☎53-5125