

自覚症状がないまま進行する「生活習慣病」 受けて安心！知って改善！健康診断

岡市健康づくり課 ☎ 53-5125 FAX 53-5128

生活習慣病は、過食や運動不足などの不適切な生活習慣が続くことで発症しやすくなり、重症化すると心臓病や脳卒中などを引き起こします。また、自覚症状がないまま発症し進行するため、その予兆を知って予防するためには、毎年健診を受けることが大切です。



ご存じですか？

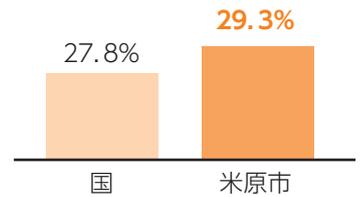
米原市では心臓病で亡くなる人が多い

伊吹山テレビ
8月19日号



全国と比較すると、米原市は心臓病で亡くなる人が多い傾向にあります。心臓病(狭心症・心筋梗塞)の主な原因は**動脈硬化**といわれ、動脈硬化は、他にもさまざまな病気を引き起こします。

心臓病による死亡割合(令和2年度)
KDBデータより

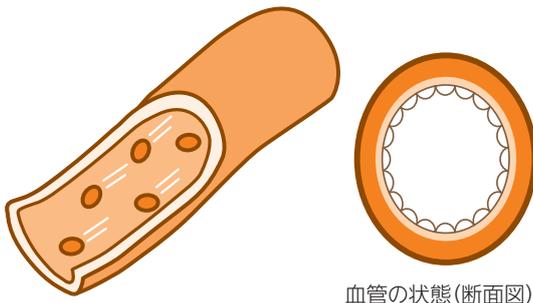


▼動脈硬化とは

血管(動脈)の壁が厚く、硬くなった状態のことです。動脈硬化のリスクとして、肥満・運動不足・喫煙などの生活習慣や、高血圧・糖尿病・脂質異常症などの生活習慣病があります。

正常な血管

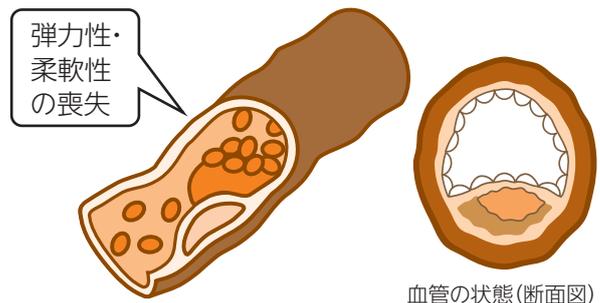
弾力性・柔軟性があり、血管内はきれいな状態



血管の状態(断面図)

動脈硬化を起こした血管

弾力性・柔軟性がなくなり、血管内は、狭くなったり、血栓(血の塊)が付着している状態



血管の状態(断面図)

生活習慣病を防ぐために！ コロナ禍でも健診を受診しましょう

コロナ禍で受診を迷っている間にも、自覚症状がない生活習慣病は進行しています。定期的に健診を受けて身体の状態を知り、病気につながるリスクを早期発見しましょう。

市の集団健診では、感染症対策を実施し、密を避けるために予約制で実施しています。

空きがある今がチャンス！集団健診を受診しましょう

9月から11月にかけて集団健診の予約に空きがあります。今からでも予約は間に合いますので、この機会にぜひ健診を受診してください。

電話予約 健康づくり課 ☎ 53-5125
平日8時30分～17時15分



集団健診
予約受付中



保健師や管理栄養士による 保健指導実施中！

健診の結果に応じて、保健師や管理栄養士による保健指導(訪問や面接)を実施しています。

生活習慣病の発症・重症化予防のため、身体の状態を一緒に確認しませんか。

