

一般向け  
セミナー

# 守ろう! 豊かな老後と 健康長寿

## 講演① 『高齢者の血圧管理について』 13:30~14:10

東京都健康長寿医療センター 循環器内科専門部長 石川 譲治

認知症や臓器障害を予防するには高齢者になる前に血圧管理をしておくことが重要です。高齢者になると逆に血圧が低下したり、変動しやすくなり血圧コントロールが難しくなってきます。ライフステージに応じた血圧管理について解説します。



## 講演② 『脳卒中の予防・早期発見・治療』 14:20~15:00

東京都健康長寿医療センター 脳神経外科医長 高梨 成彦

寝たきりになる原因としてもっとも多いのが脳卒中です。脳卒中にかからないためにはどうすればいいか、かかってしまったときにどうすればいいか、新しい脳梗塞に対する治療とともにお話します。



質疑応答 司 会 東京都健康長寿医療センター副院長 原田 和昌

日時 平成30年 7月5日(木)  
(13時15分~15時30分まで)

会場 成増アクトホール

【所在地】東京都板橋区成増3-11-3-405  
【最寄駅】東武東上線 成増駅 北口徒歩1分  
東京メトロ有楽町線 地下鉄成増駅 徒歩3分



当日先着470人

申込不要・入場無料

手話通訳あり



地方独立行政法人

東京都健康長寿医療センター

03-3964-1141 (内線1240)

定員に達した場合はご入場いただくことができませんので、ご了承ください。

# 守ろう! 豊かな老後と 健康長寿

## 血圧管理は循環器病予防に極めて重要!!!

高血圧は、全身の血管の動脈硬化や心臓の肥大をもたらし、脳出血や脳梗塞などの脳卒中、心筋梗塞や狭心症などの虚血性心疾患、心不全、不整脈、腎不全、大動脈瘤や大動脈解離、閉塞性動脈硬化症など循環器病の原因となり、更に老年性認知症にも関係しています。

高血圧の治療によって多くの循環器病を予防できることは、いくつもの大規模な臨床試験で証明されています。降圧薬治療により、治療をしなかった場合に比べて脳卒中は30～40%、虚血性心疾患や心血管死亡は約20%、全死亡も10%以上少なくなります。高血圧の約90%は、明らかな原因を特定できない「本態性高血圧」で、遺伝因子と環境要因が関係しています。食塩、肥満、ストレス、アルコール、運動不足、ミネラル不足などの環境因子が大きく影響しているため生活習慣病とも言われています。積極的な降圧治療が循環器病の予防に極めて効果的ですので、本日の講演会がその重要性を学んでいただく機会となれば幸いです。

東京都健康長寿医療センター

センター長 許 俊鋭

 地方独立行政法人  
東京都健康長寿医療センター

広報普及係

**03-3964-1141** [内線  
1240]

定員に達した場合はご入場いただくことができませんので、ご了承ください。