

●内科・循環器内科・心臓リハビリテーション科

血圧をはかってみよう！



院長
新妻 健夫

高血圧症は生活習慣病の一つです。家庭での血圧が上135下85以上は高血圧症です。加齢、塩分とりすぎ、肥満、喫煙、睡眠不足などが原因です。症状がなく、自分では気づかないこともあります。血圧が高いままだと、命に関わる病気（脳卒中・心筋梗塞・腎不全など）になりやすいです。

自宅で定期的に血圧を見てみましょう。朝起きて排尿後、1時間以内に落ち着いた状態（座位など）ではかります。毎日血

圧が高い時には、医師に相談しましょう。「血圧のお薬は飲み始めるとずっと飲むことになるから飲みたくない」とおっしゃる方がおられます。実は高血圧のお薬は、心臓や腎臓などを守る薬でもあり、血管の老化も予防できます。若々しく、元気に過ごすために、血圧をはかってみましょう。

長者2丁目かおりやま内科

診療時間 9:00~12:00 / 14:00~18:00
※水曜・土曜は、9:00~12:30まで
※受付終了は診療終了の30分前

休診日 日曜日・祝祭日
郡山市長者二丁目12番5号

☎954-6773

WEB予約もできます▶

