

ヘルシーナの 健康応援 ナビ

健康課
市役所内
☎23-3515
あつみライフランド
☎33-0386



循環器疾患について考えよう

循環器疾患とは、何らかの原因で心臓や血管などの循環器に異常が起こった状態で狭心症、心筋梗塞、心不全、不整脈などの疾患のことを言います。

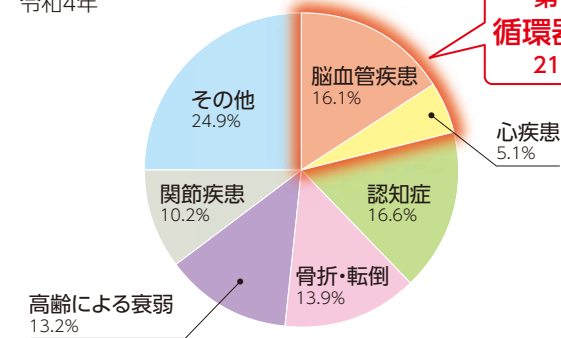
循環器疾患は、がんの次に多く、日本人の主な死亡原因の一つです。

また、介護が必要となる主な原因の第一位にもなっており、健康や生活に重大な影響を与えます。

●循環器疾患の原因

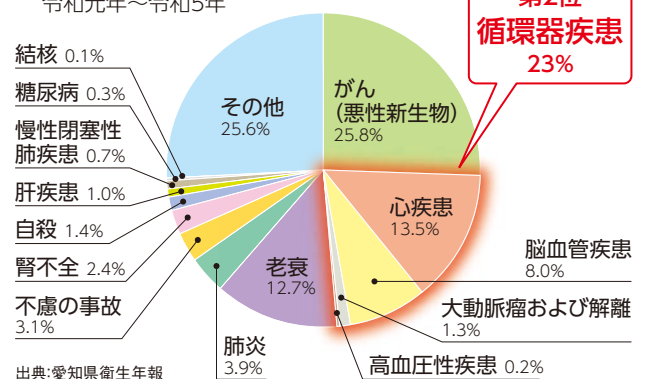
循環器疾患の多くは動脈硬化によるものです。動脈硬化とは、血管が硬くなる「血管の老化」のことで、血管が狭くなったり、詰まったりする状態のことです。主な原因は、肥満・高血圧・糖尿病・脂質異常症などの生活習慣病や喫煙などです。

●介護が必要となった原因(全国) 令和4年



出典:厚生労働省「国民生活基礎調査」

●死亡原因(田原市) 令和元年～令和5年



出典:愛知県衛生年報

このような症状があったら**すぐに受診!**

脳卒中かも?

FASTチェック



脳卒中かな?と思ったら**FAST**チェックをしましょう

心筋梗塞かも?



心臓だけでなく、腕・肩・歯・あごなど心臓以外の場所に痛みがあらわれることもあります

●循環器疾患の予防

若い頃から生活習慣に意識を向け、食事や運動を気にかけることが重要になります。

また、生活習慣病は、初期に自覚症状がないことがほとんどなので、定期的な健診を受けることで早期発見・早期治療につながります。年に一回は健康診断を受けるようにしましょう。

●早期発見！循環器疾患の症状

症状について知ること・気づくことで自分自身や大切な人の命を救うことができます。

循環器疾患の多くは前兆があるものが多いため、早く気づいて受診することが、後遺症なく助かるためにはとても重要です。本人だけでなく、周りの人たちも早く気づけるように、次のような症状があったら、すぐに受診するようにしましょう。