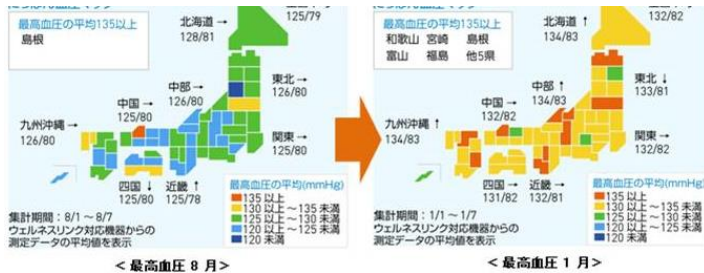


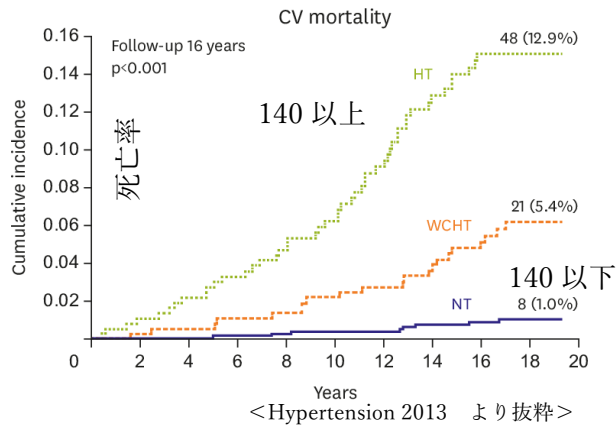
血圧について

ご自宅で血圧測定されている多くの方がお気づきのように、血圧は冬高く、夏は低くなる傾向があります。従って、冬は心筋梗塞など心臓病が増加します。

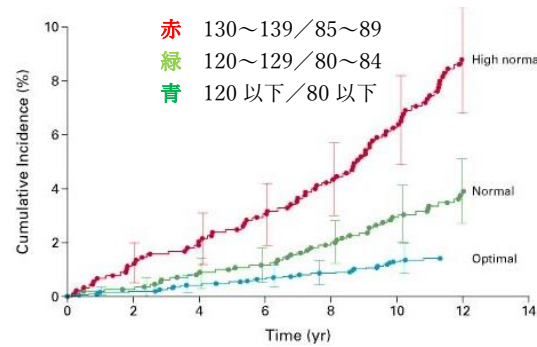
<オムロンヘルスケアより抜粋>



一方で、血圧は収縮期血圧 140 以上、拡張期血圧 90 以上で心臓病が急増します。



収縮期血圧 140 以下のグループでも、血圧が低ければ低いほど心臓病の発生が低いことがわかっています。



<NEJM 2001 より抜粋>

こうしたことからガイドラインでは 135 以下 / 85 以下で線引きをしております。

高血圧は高コレステロール血症や糖尿病と同じく、自覚症状に乏しく、合併症を発症することで初めて気がつく病気です。治療の第一選択は他の生活習慣病と同様、ダイエットと運動療法です。それだけで不十分な場合は内服治療をおすすめしております。合併症が多いため、高血圧に対して内服するご利益は大きいと考えられています。

院長自己紹介

○名前 清水 一郎 S43 年生まれ、50 歳
6 人家族

○出身地 島根県松江市 (錦織圭と同郷！)
○経歴 H6 年 九州大学医学部卒業
九大病院、産業医科大学、飯塚病院、九州労災病院などで勤務

H14~H17 マサチューセッツ総合病院勤務
(研究留学・10 報以上の英語論文を執筆)

○趣味 テニス・マラソン
(2016, 2017, 2018 下関海響マラソン参加。ベストタイム 4 時間半)・英語指導
(子どもに 10 年指導)



○専門 日本循環器学会専門医
○資格等 認知症サポート医
医療安全管理者認定医
看護師特定行為研修指導医
英検 1 級 (2018 年)
TOEIC 930 点 (2018 年)
小型船舶免許