

映像やスライドで循環器系の病気を説明する馬場医師



そろそろ心配な年齢

例会で「心疾患」を勉強

豊橋北LC

豊橋北ライオンスクラブ(竹本弘会長)は27日夜、豊橋市新栄町の高千穂会館でゲストスピーチ例会を開いた。ゲストは、豊橋ハートセンターの心臓血管外科医長・馬場寛医師。

竹本会長は「先日、豊橋障害者連合会と恒例のソフトボール大会を行った。今年こそは1勝をと思ったが、負けました。クラブ平均年齢60・5歳が、負けの原因。そろそろ、心臓も心配なので馬場先生の話を聞いて勉強しよう」とあいさつした。

馬場医師は、心臓カテリテル検査映像を見せた

り、風船と呼ぶ心血管の詰まりを広げる手術や人工血管を使ったバイパス手術をスライドで紹介した。

心臓や全身の血管など循環器系の病気の原因について「太り過ぎ、高血圧、高脂血症、糖尿病など7つの大きな原因がある」と説明、予防が必要なることを訴えた。

日本人の死亡原因1位はがんだが、心疾患と脳血管障害を加えると循環器系による死亡が一番多い。「コレステロールが増えると血管の壁が硬くなり、血管が詰まりやすく動脈硬化になる」と話し、コレステロールのコ

ントロールが重要であるという。

また、食事はすい臓からのインシュリン分泌を促す。不規則な食事が余分なインシュリンを分泌、コレステロール増加原因になっている。

馬場医師は「3回の食事をきちんと食べ、間食をせず、夜8時以降は食べないこと」と規則正しい食生活習慣を作ることが予防につながると話した。