

かかりつけ病院として診療内容を充実しました

わらび北町病院

病院便り

2014年
9月号

食欲の秋!
ですが...

肥満は心筋梗塞、脳梗塞などの原因です。

秋は食物がおいしい季節です。

健康な生活のために食べ過ぎによる肥満を防止しましょう。

詳細▶裏面「ファミリー健康情報」



診療内容（各種医療保険取り扱います）

わらび北町病院

内科

循環器内科（心臓エコー検査）
月曜日（午前）/木曜日（終日）/土曜日（午前）

小児科

第2、3、4、5水曜日（終日）

消化器内科

内視鏡内科
（胃カメラ、大腸カメラ）

大腸・肛門内科

胃腸科

ペインクリニック内科
火・木曜日（午前）

皮膚科

第2、3、4、5水曜日（終日）

アレルギー科

形成外科

月・火・木・金（午後）

健康診断・予防接種
を承ります（要予約）

往診・訪問診療・訪問看護（電話または来院のうえご相談下さい）

診療日：月～土曜日

診療時間：【午前】9:00～12:30 / 【午後】13:30～17:30

受付時間：【午前】8:30～12:15 / 【午後】13:30～17:15

休診日：日曜・祝日

北町クリニック

内科

※火曜日は総合内科医（女医）による内科外来です

消化器内科

胃腸科

循環器内科

ペインクリニック内科
水・土曜日

大腸・肛門内科
火曜日を除く

健康診断・予防接種
を承ります（要予約）

診療日：月～土曜日

診療時間：【午前】9:00～12:15

受付時間：【午前】8:45～12:00

休診日：日曜・祝日

医療法人社団敬寿会 わらび北町病院

住所：〒335-0001 埼玉県蕨市北町 1-24-5

電話：048-431-6917

FAX：048-431-6935

院長：乾 多久夫

<http://warabikita-hosp.com/>

医療法人敬寿会 わらび北町病院 附属 北町クリニック

住所：〒335-0001 埼玉県蕨市北町 2丁目 1-21

電話・FAX：048-431-6921

院長：石川 誠彦

http://www.warabikita-hosp.com/kitamachi_clinic/

突然死の原因は、心筋梗塞、脳梗塞が多い

東京都福祉保健局 ● <http://www.fukushihoken.metro.tokyo.jp/kansatsu/kiso/index.html>

ファミリー
健康情報

肥満が続くと動脈硬化になります

やっと涼しくなり、食物が美味しい季節になりました。食事で体力をつけることは重要ですが、食べ過ぎによる肥満などが原因で成人病を引き起こし動脈硬化から心筋梗塞や脳梗塞による突然死などを引き起こします。



肥満を放置すると心筋梗塞・脳梗塞に！

肥満になると生活習慣病になりやすく、糖尿病などでは動脈硬化により毛細血管がつぶれ、眼、腎臓、神経などに障害がでえます。

さらに心筋梗塞や脳梗塞などを引き起こします。これらは**自覚症状なく突然発症**しますのでとても恐ろしいのです。



肥満度判定 (BMI)

肥満度はBMI (ボディ・マス・インデックス) = 体重 (kg) ÷ 身長 (m) ÷ 身長 (m) で算出した体格指数で表すことができます。BMIが18.5~25の方は標準 (ただし、体重は標準でも体脂肪率の高い「隠れ肥満」の可能性もあります)

チェックして
みましょう
1

メタボリックシンドロームの診断基準

高血圧症、脂質異常症、糖尿病など複数の生活習慣病を合併しながら放置していると心筋梗塞、脳梗塞を発症する可能性が高くなります。(「メタボリック症候群(シンドローム) 内臓脂肪症候群」)

メタボリックシンドロームの診断基準となる4つの項目の数値をチェックしましょう。

厚生労働省 ● <http://www.mhlw.go.jp/bunya/kenkou/metabo02/kiso/check/>

チェックして
みましょう
2

内臓脂肪の蓄積	脂質異常	高血圧	高血糖
● 腹囲 (へそ周り) 男性 85cm 以上 女性 90cm 以上	● 中性脂肪 150mg/dL 以上 ● HDL コレステロール 40mg/dL 未満 のいずれかまたは両方	● 最高(収縮期)血圧 130mmHg 以上 ● 最低(拡張期)血圧 85mmHg 以上 のいずれかまたは両方	● 空腹時血糖値 110mg/dL 以上

☆腹囲に加えて、すでに脂質異常、高血圧、高血糖のうちで2つ以上を指摘されている方は、メタボリックシンドロームの疑いがありますので早期の治療により心筋梗塞、脳梗塞を予防しましょう。

動脈硬化などで不安な方は当院循環器内科にご相談下さい

わらび北町病院

電話 048-431-6917

北町クリニック

電話 048-431-6921