

健診結果を
振り返ろう

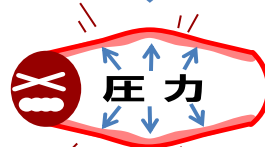
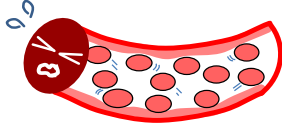
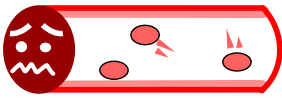
病気予防のポイントは血管です!!

高血圧や高血糖・高脂質は、自覚症状がなくじわじわと血管を傷つけながら動脈硬化を引き起こします。日本人の死亡原因のおよそ半数を占める脳卒中と心臓病はどちらも血管が破綻して起こる病気です。

病気は血管から
始まっている

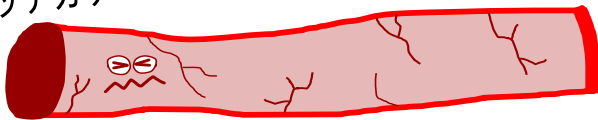
高血糖・高脂質

高血圧



カッチカチ 動脈硬化の血管

ポロポロ



1 血圧や血糖などが高い状態が続くと…

2 血管に傷ができてやすくなる

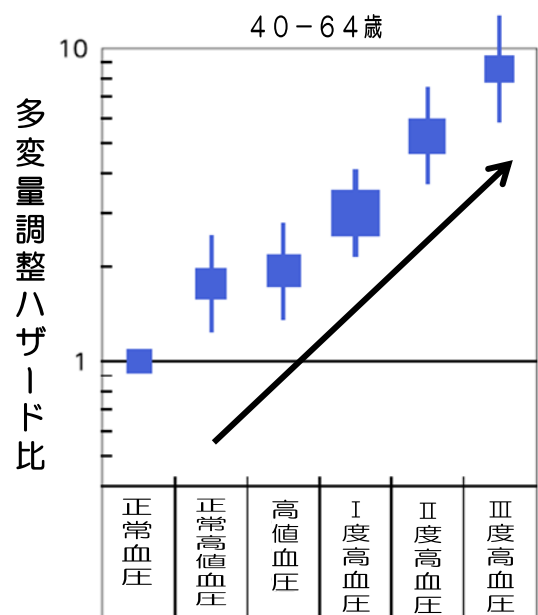
- 血管の弾性（しなやかさ）がなくなる
- 血管が破れやすくなる
- 血管がつまりやすくなる、流れにくくなる

3 動脈硬化が促進

- 自覚症状がないので放置してしまうと重大な合併症を引き起こします。

4 脳や心臓、腎臓などに
障害がおこる

血圧が高い人ほど、
心血管病になる危険性が高くなっていきます。



血圧レベル別の心血管病（脳卒中および心疾患）
死亡ハザード比と集団寄与危険割合

高血圧治療ガイドライン2019より

脳
(脳卒中など)

眼
(網膜障害・失明など)

心臓
(心筋梗塞など)

腎臓
(人工透析など)

神経
(手足のしびれなど)