

～ ささえ、育み、未来につなぐ ～

2025年度 福岡女学院看護大学 秋季公開講座

生活習慣病、よくある病気から体を守ろう



福岡女学院看護大学 学長

松永 彰

生活習慣病である高血圧、糖尿病、脂質異常症は初期には自覚症状はありません。

今回は、これらの生活習慣病を中心に、病気をよく理解し、体を守るための簡単な「秘訣」を一緒に見つけていきましょう。

高血圧：血管にかかる圧力(血圧)が慢性的に高い状態です。血圧が高いと血管に負担がかかり、動脈硬化が進みます。また、心臓にも負担がかかります。高血圧は、脳卒中、心筋梗塞、腎臓病などの原因になります。

糖尿病：体の中のホルモンの一つインスリンが足りなくなった状態です。体を形作っている私たちの細胞は、インスリンが無いと糖を取り込むことができません。このため糖が血液中に増えて、血糖値の上がりすぎ、高血糖の状態になります。血液透析が必要となる一番の原因が糖尿病です。糖尿病はいわゆる3大合併症を始めとして多くの病気の原因になります。

脂質異常症：健康診断で見つかる血管のサイレントキラーです。特に悪玉コレステロールが問題です。血液中に増えすぎた脂質は、気づかぬうちに血管の内壁を傷つけ動脈硬化のもとになります。心筋梗塞、脳梗塞の原因になります。

生活習慣病で薬をのんでいるヒトも多いと思います。病気をよく理解し、元気で長生きしましょう。

【日 時】 2025年10月19日(日)
11:00～11:30

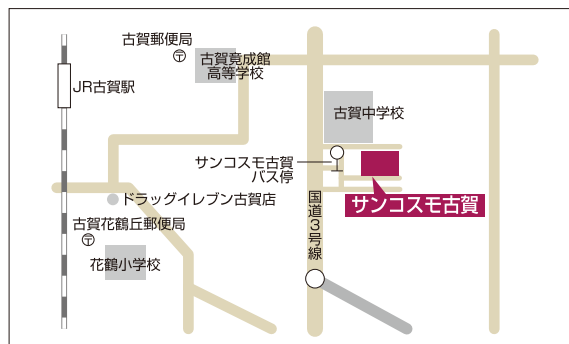
【場 所】 サンコスモ古賀
2階 203・204会議室
(第39回古賀市健康福祉まつり会場)

【主 催】 福岡女学院看護大学

【後 援】 古賀市、古賀市教育委員会
古賀市・福岡女学院看護大学官学連携事業

【交通アクセス】 JR古賀駅から徒歩20分・最寄のバス停「サンコスモ古賀」
※当日は、古賀市役所からシャトルバスを運行します。

入場無料
(事前申込不要)



福岡女学院看護大学

FUKUOKA JO GAKUIN NURSING UNIVERSITY

福岡県古賀市千鳥1丁目1番7号

お問い合わせは 事務部まで TEL 092-943-4174