

診療所だより 第七号

平成二十二年十月 発行：高知市土佐山へき地診療所



意外に知らない、血圧のはなし

1 高血圧とは (医師・松下)

血液が血管の中を通る時、血管にかかる圧力の事を血圧といいます。

血管は心臓とつながっています。

心臓はポンプのように1分間に六〇〜七〇回血液を血管へと押し出しています。

これが、手をさわるとドクンドクンと打っている脈拍です。

心臓が収縮して血液を押し出した瞬間、血管に一番強く圧力がかけられます(最高血圧)。

そして、心臓が収縮した後には心臓が広がる時には圧力が一番低くなります(最低血圧)。

これら最高血圧、最低血圧のどちらが高くても高血圧です。原因がはっきりしている高血圧を二次性高血圧といいます。日本人の高血圧の9割は検査をしても原因を特定できません。このような高血圧を本態性高血圧といいます。

高血圧のほとんどは自覚症状がなく、定期的に血圧を測っていないと発見が遅れて、知らない間に血管をむしばんでいきます。

放置すると、血管が硬くなる動脈硬化になり、後に虚血性心疾患(狭心症や心筋梗塞)や脳卒中などを起こす危険性があります。

皆さん、健診などで高血圧を指摘されましたら、早めに医療機関を受診して下さい。

窓口から



毎月、保険証の提示をお願いします。

保険証がない場合は、全額自己負担(自費)になりますので、ぜひ保険証を持ってきて下さいね。

六月から赴任してきました西山です。土佐山の皆さんのような笑顔と元気で頑張りたいと思います。

見かけたらぜひ声をかけてくださいね。

医療事務 * 西山



禁煙のススメ

一〇月一日からタバコが値上げになりました。今まで禁煙になかなか踏み切れなかったあなた、この機会に、チャレンジしてみませんか？
当院では禁煙治療(予約制)が健康保険でできます。

ご相談をお待ちしてお待ちしています。



阿波谷

学生、研修医教育への協力をお願いします

当診療所は、高知大学医学部の教育施設としての役割を担っています。

ときどき医学生や研修医が見学、実習をさせていただきます。

どうぞ、皆様のご理解、ご協力をお願い致します。

インフルエンザ予防接種のお知らせ

診療所では、十月十三日からインフルエンザワクチンの予防接種を開始します。

ご希望の方は、ご予約下さい。

診療の混雑を避けるため、午後にお電話いただきますようお願い致します。

くわしくは、各地区の掲示板をご覧ください。



(裏面もご覧ください)

インフルエンザ予防接種について

☀ 接種日：10月13日(水)～12月17日(金)まで

	月	火	水	木	金
午前	バス通院の方	バス通院の方			バス通院の方
午後		小児・学生 3時～4時半	大人 1時半～3時半	小児・学生 3時～4時半	小児・学生 3時～4時半

☀ 接種回数と料金

	接種回数	料金
13歳未満	2回	2,000円×2回
13歳以上65歳未満	1回	2,500円
65歳以上	1回	1,000円

☀ 予約は、診療所まで直接お越しいただくか、お電話(895-2636)でご相談下さい。