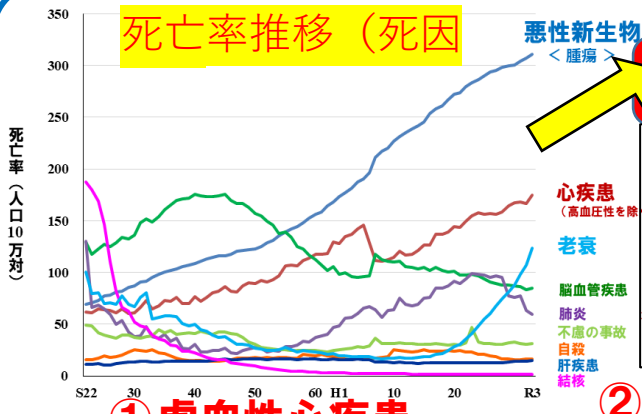
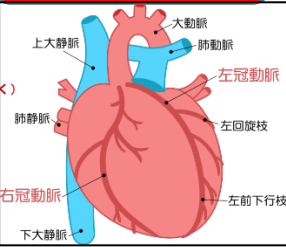


# からだ元気新聞 6月号



## 心疾患



日本人の死因の第1位はガンで40年ほど前からトップとなっています。

死因の第2位の心疾患も死亡理由としては伸び続けています。心疾患とは心臓の病気の総称で、代表的な3種類の心疾患の特徴をみていきます。



### ① 虚血性心疾患

(狭心症・心筋梗塞など)

心臓を動かす筋肉である心筋に血流を届ける“冠動脈”の血流が悪くなり、心筋に十分な酸素が運ばれなくなる病気で、胸痛などの発作が出ることが多い。

『狭心症』は冠動脈が狭くなることで心筋に必要な酸素が一時的に不足する状態。

『心筋梗塞』は冠動脈が完全に詰まり心筋に必要な酸素が足りなくなることで心筋が壊死してしまう状態。

#### ▼なりやすい人の特徴

- ・喫煙・運動不足・食生活の乱れ
- ・ストレスの蓄積など

※高齢者ほど罹患する確率が高い

#### 治療法



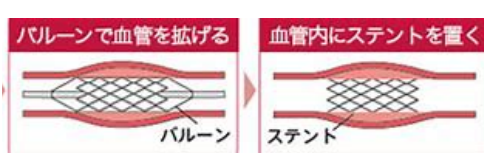
### ② 不整脈

心臓の拍動を促す電気刺激が正常に伝わらなくなることによって、脈が一定ではなくなる。不整脈には、脈が遅くなる“徐脈”、脈が速くなる“頻脈”、脈が飛び“期外収縮”がある。息切れやめまい、動悸、失神などの症状が出ることがあります。

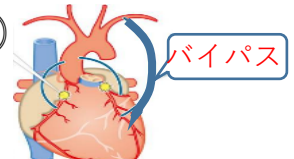
#### ▼なりやすい人の特徴

- ・過労・ストレスの蓄積・睡眠不足
- ・多量のアルコール摂取・喫煙
- ・カフェインの摂取など
- ※虚血性心疾患や心不全にかかっている方に生じやすい

#### ②



#### ③



治療法は①薬物療法②カテーテル手術で血管を拡げ、ステントを置く③冠動脈バイパス手術などがあります。



鍼灸マッサージで血流やリンパの流れを良くし、浮腫みの改善や免疫力向上が期待できます！

### ③ 心不全

心臓のポンプ機能が低下し、血液の流れが悪くなる病気です。心不全には“急性心不全”と“慢性心不全”があります。『左心不全』の場合には全身に血液を送れなくなることで、体の冷えや息切れなどの症状が現れます。

『右心不全』では全身を巡った血液がうっ滞し、体のむくみや体重増加などの症状が出ます。

#### ▼なりやすい人の特徴

- ・糖尿病・高脂血症・慢性肺疾患
- ・甲状腺機能障害などの持病がある
- ※塩分の多い食事、水分を取りすぎ
- 喫煙や慣生活習慣病などによって心不全が悪化してしまう可能性も

## 健康豆知識コーナー



### 『プロテイン』のすすめ

プロテインとは、日本語でたんぱく質を意味する言葉で、ギリシャ語で一番大切なものを意味する「プロテオス」が語源です。筋肉や内臓、ホルモン、酵素、免疫細胞などを作る役割があります。

### プロテインは「寝る前と朝」が効果的！

朝は、水分や栄養素やタンパク質などが枯渇してしまっている状態です。その状態で摂取すると、効率的なからだづくりに役立つ。睡眠中に筋肉量を増やす成長ホルモンが分泌されています。成長ホルモンの特徴はタンパク質の吸収を促すので朝と寝る前が効果的！

就寝する30分～1時間前が目安！

■以下の症状にあてはまるものがあれば、お問合せください！

**無料体験実施中！**



✓ **身体の痛み・しびれ・むくみを緩和したい**

東洋医学である鍼灸マッサージによって筋肉をほぐし・血行を改善することで腰、首肩、膝などの痛み・しびれやむくみを緩和します。

✓ **麻痺症状（脳梗塞後遺症など）を改善したい**

鍼灸治療・マッサージ（手技療法）や運動療法を駆使し、麻痺症状の部位のストレッチや可動域改善を行います。※電気鍼治療についてもご相談ください。

✓ **関節拘縮・筋力低下を改善したい**

決まった時間に定期的に訪問して施術することで、筋緊張や関節拘縮を緩和して動かしやすくします。



✓ **退院後の機能訓練をしたい**

ご自宅や施設まで訪問いたします。住み慣れた環境で安心安全に過ごせるよう患者様・ご家族様のご意向に沿った治療内容をご提案します。

✓ **パーキンソン病の症状を改善したい**

パーキンソン病による筋固縮や関節可動域などの改善を行います。  
パーキンソン病をはじめ、様々な指定難病の諸症状の改善症例があります。

✓ **緩和ケアを充実させたい**

末期がんなどで身体の痛みやむくみなどの悩みを少しでも軽減します。  
また、痛みの緩和を行いながら患者様に寄り添う施術で心のケアに努めます。

健康保険適用に必要な書類（**同意書**）は、治療院が作成し、担当医師に直接お願いに上がりますので、ご安心ください。

▼担当は、全員が国家資格を持った私たち施術者が行います▼



■HP もご覧ください



からだ元気治療院 草加北店

埼玉県草加市新栄 2-26-3

からだ元気治療院 TEL: 048-947-3400

営業時間：月曜～土曜日9時～18時（休日：日曜日）

施術料金：400円～700円前後/回（1割負担の場合）