

# 改善しよう生活習慣



動脈硬化と危険因子の関連性などについて説明する坂本科長

## 動脈硬化の危険因子紹介

製鉄記念室蘭病院  
市民健康セミナー

製鉄記念室蘭病院(前田  
征洋病院長)の「第22回市

民健康セミナー」が9日、  
室蘭市知利別町の同病院で  
開かれ、市民らが動脈硬化  
と危険因子の関連性などに  
ついて理解を深めた。

約70人が出席。坂本賢一  
循環器内科長が「動脈硬化  
危険因子はイコール生活習  
慣(病)です」と、喫煙や  
糖尿病、高血圧、メタボリ  
ック症候群、高コレステロ  
ール血症を挙げ、「危険因  
子の集積は危険。一つでも  
少なくすることが動脈硬化  
の進展に歯止めを掛ける」  
と話した。その上で、高血  
圧や糖尿病、高脂血症の治  
療や積極的な禁煙を呼び掛  
けた。

「動脈硬化を確実に避け  
ることはできないが、元気  
な老後を過ごすため、生活  
習慣改善に向け第一歩を踏  
み出して」とアドバイス。  
市民らも熱心に耳を傾けて  
いた。

(松岡秀宜)