

## 第9回

### 栗山川シンポジウム開催

東陽病院だより

# 健康ウォッチング

東陽病院 院長 伊藤 文憲

豊かな自然を育み、水道水や農業用水として多くの人々に潤いを与えていた栗山川。この貴重な自然の恵みは、私たちにとつてかけがえのない財産です。

栗山川では、ボランティアによる清掃や花の植栽、多くの生物が住める環境に配慮した川をめざしての改修等が進められています。

流域に住む私たちは、今一度「川」に関する認識を深め、関わり、身近にふれてみたいと思います。

○日 き 2月27日(日) 13時30分

○場 所 光町民会館

・基調講演

「栗山川下流の生きものたち」

千葉県教育庁北総教育事務所

指導室長 齊藤 敏一 氏

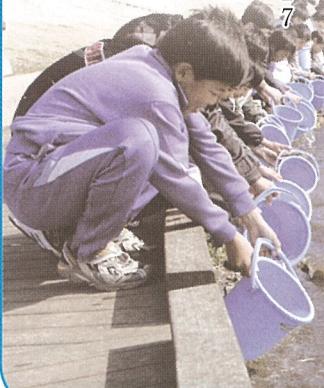
・アトラクション

光ウインドオーナー

・栗山川改修事業説明

※問い合わせ先

建設課 ☎ 821-8827



## 狭心症について

横芝町の皆さん今日は。今日は狭心症についてのお話です。

横芝町の皆さんは、今

症等のある患者さんが、運動した時や寒いところに出た時に、急に胸が痛くなると狭心症の発作が疑われます。

最初は胸ではなく真ん中の胸骨の後ろに痛みを感じます。最初は1~2数分で痛みは消えます

が、進行すると時間が長くなり、強度の痛みが持続する場合は心筋梗塞への移行も考えられます。

狭心症の発病機序は明解であります。心臓の筋肉を栄養しているのは冠動脈といいます。

冠動脈は動脈の硬化等により血管の内腔が徐々に狭くなります。更に血管の壁が不整になります。更に血管の塊(血栓)が着くことがあります。狭くなになると血液の供給が不足

くなります。心筋梗塞への移行も考えられます。

狭心症の発病機序は明解であります。心臓の筋肉を栄養しているのは冠動脈といいます。

冠動脈は動脈の硬化等により血管の内腔が徐々に狭くなります。更に血管の壁が不整になります。更に血管の塊(血栓)が着くことがあります。狭くなると血液の供給が不足

くなります。心臓の筋肉を栄養しているのは冠動脈といいます。

しかし、狭心症となつた場合にはどうすれば良いかといふと病状の進行状況に応じた適切な薬の内服が必要です。

加えて三食をきちんと食べる

ことや十分に睡眠を取る等の日常生活の改善、喫煙は厳禁、適度な運動が有効です。

● 総合相談日  
2月14日(月)

☎ 841-1335  
9時~12時

で次回にお話しをします。

狭心症の発作が起きた場合には、冠動脈の拡張剤として速効性の硝酸薬(ニトログリセリン)舌下投与かスプレーが最も有用です。是非とも常備して下さい。家族の方にもどこに置いてあるかわかるようになります。頻繁に発作が起るよう場合は心筋梗塞の発症リスクが強く、特別な治療が必要となりますので次回にお話しをします。