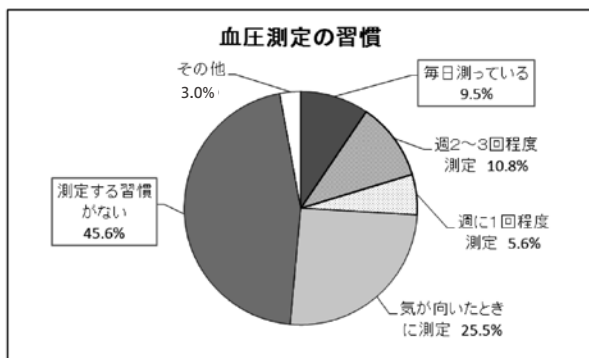




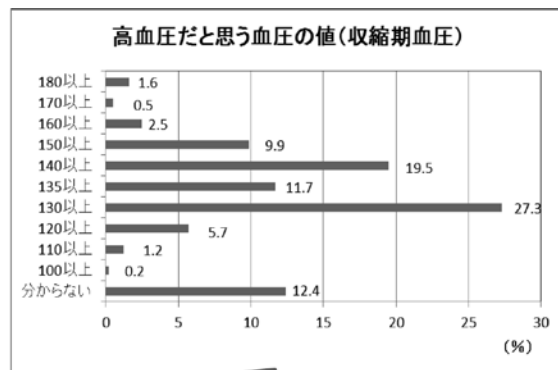
血圧に関するアンケートから見た 市民の血圧に対する意識と、行動の実態！

本市は全国平均と比べて、脳血管疾患や脳梗塞、心疾患の死亡者が多く、その原因の1つに高血圧があります。そこで、本年1月の総合健診にて、市民が血圧に関してどのような意識をもち、行動をとっているのか「高血圧アンケート」を実施しました。その調査結果を一部抜粋して報告します。

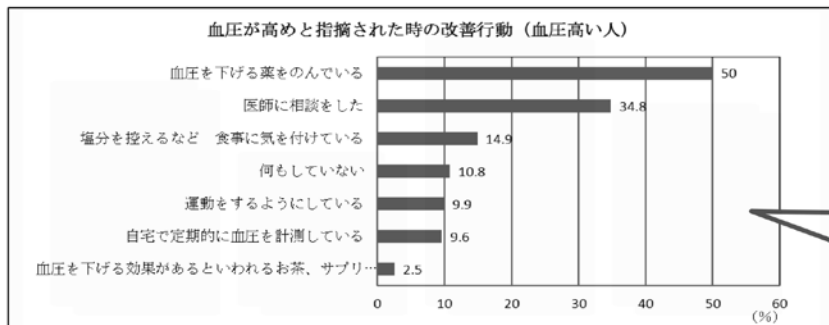
■回答者：平成30年1月総合健診受診者 564人（男女割合：男性41%、女性59%）



定期的な血圧測定の習慣のある方は4人に1人、測定する習慣のない人が半数近くいることがわかりました。

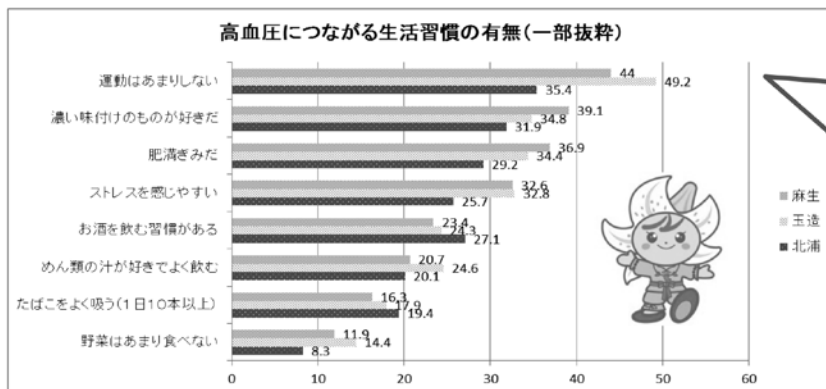


高血圧の基準値を知っている人は2割程度、ほとんどの方が高血圧の基準値を知らないことがわかりました。



【高血圧基準値】
収縮期血圧 140 mm Hg 以上
かつ/または
拡張期血圧 90 mm Hg 以上
(日本高血圧学会より)

血圧の薬を服用していても、生活習慣の改善に取り組んでいる方が少ないことがわかりました。



高血圧につながる生活習慣を地区別にみると、玉造地区は「運動をあまりしない」方が多く、麻生地区は「濃い味付けのものが好き」が、北浦地区は「お酒を飲む習慣がある」が多い特徴がありました。

アンケート結果から、高血圧値の認識の違いや血圧を上げる要因はわかっているにもかかわらず、高血圧予防の生活習慣改善につながっていないことがわかりました。

9月号では、高血圧予防対策について一緒に考えていきましょう！