

命に関わる

健康新聞

発行者

なまえ

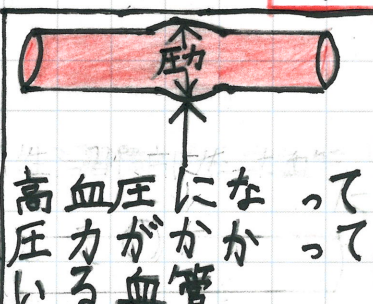
高野浩太郎

塩原小学校
五年四組

生活習慣病って何？

生活習慣病とは、糖尿病、高血圧、脂質異常症などからできてくる病気です。この生活習慣病は、二つの方法で発病します。一つ目は、生まれつき生活習慣病になっているという場合があります。二つ目は、糖、血圧、脂質が上がったりやすい体質と、生活習慣がそろった場合です。二つ目の生活方法は、良い生活習慣をつくらなければ生活習慣病にはならないので、日ごろから心がけることが大切です。

生活習慣病の血管の変化



生活習慣病になると、血管が固くなり、ボロボロになります。高血圧の場合、血管に圧力がかかり、血管が破裂したり、詰まったりします。血管が詰まると、心臓や脳、手足などに栄養が行かなくなり、酸欠状態になります。生活習慣病は、血管に負担がかかります。生活習慣病は、早く気づけるので、健康診断を受けることが大切です。生活習慣病をほおぐと、高血圧になります。この数値をこえると、多くの人がおぼろげに気づきます。おぼろげに気づいたら、早く健康診断を受けてください。生活習慣病をほおぐと、高血圧になります。この数値をこえると、多くの人がおぼろげに気づきます。おぼろげに気づいたら、早く健康診断を受けてください。

生活習慣病

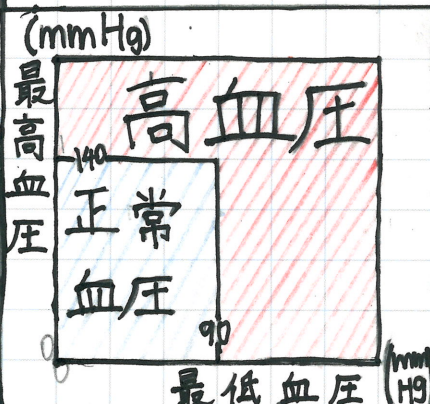


糖尿病 高血圧 脂質異常症 など

発病の仕方

- ① 生まれつき → 生活習慣病
- ② 糖、血圧、脂質が上がりやすい体質 + 良くない生活習慣 = 生活習慣病

生活習慣病



生活習慣病は、血管に負担がかかります。生活習慣病は、早く気づけるので、健康診断を受けることが大切です。生活習慣病をほおぐと、高血圧になります。この数値をこえると、多くの人がおぼろげに気づきます。おぼろげに気づいたら、早く健康診断を受けてください。生活習慣病をほおぐと、高血圧になります。この数値をこえると、多くの人がおぼろげに気づきます。おぼろげに気づいたら、早く健康診断を受けてください。

おぼろげに気づいたら、早く健康診断を受けてください。