

目標血圧値に達しない高血圧患者への対応

日時 2020年5月20日(水) 午後7時～8時30分

場所 つくば国際会議場 1階 大会議室 102

(茨城県つくば市竹園 2-20-3 当日連絡先 070-4345-2344)

■参加費:無料 ■駐車料:有料

総合司会 阿見町・なるしま内科医院 理事長 成島 勝彦 先生

【特別講演】……午後7時～8時

目標血圧値に達しない高血圧患者への対応

演 者 東京女子医科大学 内分泌内科学講座 教授・講座主任

市原 淳弘 先生

【Q&Aコーナー】……午後8時～8時30分

【市原先生からのメッセージ】

高血圧治療ガイドライン2019において、治療目標血圧値が75歳未満成人で130/80mmHg、75歳以上で140/90mmHgといずれも収縮期血圧が10mmHg下がった。

多忙な診療においてさらに血圧を下げる労力は決して小さくないが、従来そのまま診療し続けることをガイドラインでは「臨床イナーシャ」と称し戒めている。

本講演では、目標血圧値に到達しない原因とその対処法について降圧薬の見直しを含め解説する。

■共催 一般社団法人茨城県保険医協会／一般社団法人土浦薬剤師会

■単位 日本医師会生涯教育講座認定単位取得予定(CC74)／日本薬剤師研修センター単位取得予定

参加申込書

切り取らずにFAX
029-822-1341へ
TEL029-823-7930、
info@ibaho.jpでも可
茨城県保険医協会

医療機関名		所属医師会	
参加者名(ふりがな)			
会場地図	(要・不要)	「要」の場合FAX:	
演者に聞いてみたい質問			

書籍のご案内

座り方、食べ方、眠り方で下がる！ 血圧リセット術

東京女子医科大学 高血圧・内分泌内科教授 市原淳弘（著）

ガマンいらず！あきらめしらず！薬いらず！簡単な日常動作で血圧が下がる！

毎日の日常生活で無理をせず、がまんをしないで続けられる方法が満載。健康だけでなく、血圧は、「お金」「仕事のパフォーマンス」「見た目年齢」などと、体重計以上に、あなたの健康や将来に直結する「未来がわかるバロメーター」なのです。毎日の食べ方、眠り方、座り方など本当に簡単な動作で、血圧の悩みをエビデンスに基づき正しく解決。ふんだんなイラストで、子供から大人まで血圧ダウンのコツをわかりやすく紹介します。

目次

血圧のホント最前線

- ① 血圧にまつわる“5つの誤解”
- ② 血圧の見方と新常識
- ③ 血圧が変わる最新エビデンス 10

Chapter1

あなたの知らない世界 血圧 High&Low

Chapter 2

弱った体に切り札 体を蘇らせるリセット血圧

Chapter3

最新科学で極める 血圧1分 de 再起動プログラム

Chapter4

食べ方で得する 塩出しトレーニング

Chapter5

「NO(一酸化炭素)」を増やす 血液の動かし方
3分血圧リセット術

Chapter6

その思い込みが間違いのモト！血圧 24Hour



発行：世界文化社 A5判 224 ページ 本体 1,500 円＋税