2023年度　心臓病教室

時間：13:30～15:30　**場所**：神戸市立医療センター中央市民病院（本館1階講堂）

	医師 （循環器内科）		薬剤師	管理栄養士	理学療法士	開催日
第1回	弁膜症 心臓には血液の逆流を防止する弁があり、弁の機能不全を心臓弁膜症と呼びます。弁膜症の分類、どのような治療法があるのかについてお話します。		今こそおさらい！薬の基本 薬の使い方・お薬手帳・ジェネリック医薬品など、お薬を使ううえで知っておきたい基本的なことについてお話します。	何をどれだけ食べたらいいの？ せっかく薄味にしていても、食べ過ぎれば濃い味と同じ。まずは、あなたの食事の「適量」を知る事からはじめましょう。		2023年 10月13日(金)
第2回	心筋梗塞・狭心症 急に起きる「症状」ってどんなものがあるのか、どう注意したらよいのかを説明します。治療と未然に防げる方法を考えましょう。		何のお薬？ずっと飲むの？ 心筋梗塞・狭心症は発作を予防することがとても重要です。発作時のお薬の使い方だけでなく、予防のためのお薬についてお話します。	心筋梗塞・狭心症予防の食事 私たちは1日どれくらいの塩分を摂取しているのでしょうか。コレステロールの高い食品は？日頃食べている食品の中で、思わぬ「落とし穴」があるかも？一緒に考えてみましょう。	一緒に体を動かしましょう 手軽にできる運動で体を動かしてみましょう。	2023年 12月8日(金)
第3回	心不全 心不全とは、本来心臓が果たすべき役割を維持できなくなった状態のことを意味しています。その原因・予防・治療についてお話します。	休憩	お薬と上手にお付き合いしましょう！ 心不全の症状を治療し、再び悪化しないようにするために様々なお薬が必要です。心臓の働きとお薬の効果についてお話します。	塩分制限どうすればいいの？ どのような工夫で効果的に減塩できるか、様々なポイントについてお話します。	一緒に体を動かしましょう 手軽にできる運動で体を動かしてみましょう。	2024年 1月12日(金)
第4回	高血圧と大動脈疾患 心臓病や、多くの病気の原因となる「高血圧」。なぜ怖いのでしょうか。その防ぎ方を考えましょう。動脈硬化・心筋症・弁膜症についても、お話します。		血圧のお薬は種類が豊富！ 高血圧のお薬は種類がたくさんあり、年齢や合併症等を考慮して最適なお薬を選びます。お薬の特徴や日常生活についてお話します。	塩分制限について～外食ver.～ 血圧と塩分の関係って？外食は塩分が多いとよく聞きますが、どのような事に気を付ければいいのでしょうか。		2024年 2月9日(金)
第5回	不整脈 症状だけが不整脈の怖さではありません。不整脈との付き合い方そして、治療についてお話します。		不整脈の治療に使用されるお薬とは？ 不整脈の治療に使用されるお薬についてお話します。	心臓を守る食事で不整脈を防ごう！ 不整脈は高血圧などの生活習慣病と関わりがあります。まずは普段の食生活を見直し、心臓に負担のない食事を心がけましょう。		2024年 3月11日(月)

＊都合により、上記内容を変更する場合があります。