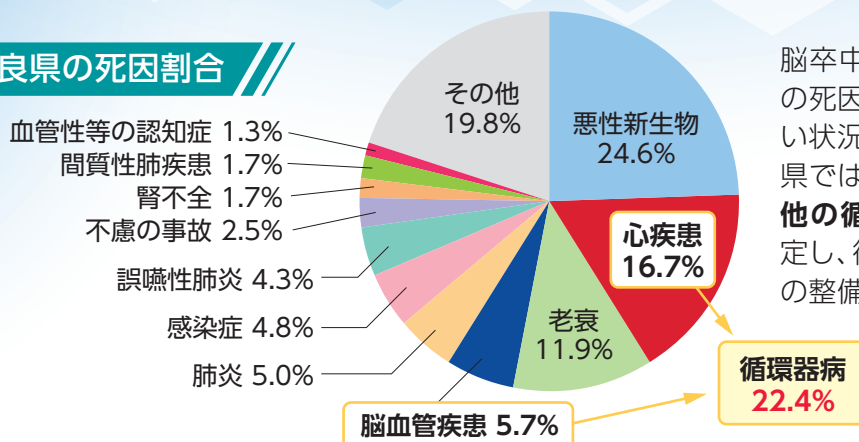


# 脳卒中 や 心臓病 などの 循環器病について知ろう!

県政/  
スポット

## 奈良県の死因割合



脳卒中と心臓病などの「循環器病」の死因割合は**22.4%**で、2番目に高い状況です。

県では「奈良県脳卒中・心臓病その他の循環器病対策推進計画」を策定し、循環器病の予防や医療体制の整備に取り組んでいます。

出典：厚生労働省  
「令和4(2022)年人口動態統計」

## 脳卒中とは?



脳の血管に問題が起こり、手足の動きが制限される、話すことが難しくなるなどの症状が現れる病気です。命に関わることや、後遺症が残ることもあります。

## 心臓病とは?



心臓の構造や働きに問題がある病気の総称です。虚血性心疾患や不整脈などが含まれ、症状が進行すると心不全に至り、命に関わることもあります。

## 脳卒中や心臓病は予防できます!



血管の健康を保つことが循環器病の予防につながります。塩分摂取を控え、特に高血圧の方は血圧を定期的に管理しましょう。また、バランスの取れた食事や適度な運動を続けることが重要です。無理のない範囲で続けましょう。



まずは日々の生活習慣を見直しましょう!

## 脳卒中や心臓病について相談したいときは

「奈良県脳卒中・心臓病等総合支援センター」では、患者ご本人とご家族に対する総合的な支援を行っています。相談窓口は、医師、看護師、ソーシャルワーカーなどのさまざまな専門職から構成されており、連携しながら支援します。循環器病について、相談や知りたいことがあれば下記の相談窓口までご連絡ください。



〒奈良県立医科大学附属病院内 相談窓口(医療相談室)  
☎0744-22-3051(内線3115、3224) 13時~16時  
🌐stroke-cardiovasc.naramed-u.ac.jp

## 📍 専門家からのコメント

### 杉江 和馬先生

(奈良県脳卒中・心臓病等総合支援センター長、奈良県立医科大学脳神経内科教授・脳卒中センター長)



「循環器病(脳卒中と心臓病など)」の原因として、高血圧や糖尿病、脂質異常症、喫煙、過度の飲酒などがあります。日々の食事に注意し、適度な運動を心掛けることで予防できます。一方で、発症した場合の治療法も飛躍的に進化しています。循環器病についてぜひご相談ください。