

# 令和5年度の循環器病対策事業の状況について

# かかりつけ医等向けの研修会について

区 分	内 容
目的	医療連携推進のためのかかりつけ医等向け研修会を開催
内容	病診連携等（地域の状況に合わせて講師が設定）
対象	かかりつけ医等の医療従事者、行政の循環器病対策担当者等
開催時期 回数	・12月～2月頃 ・2疾病（脳卒中、心血管疾患）を東・中・西部地区で開催 ※ 地域により連携体制が異なることから、各地域ごとに開催
状況	・日程調整中

# 県民への普及啓発

県民だより10月号

SNSによる広報

静岡県広報誌 県民だより10月号 令和5年(2023年)10月1日(日)発行

## 高血圧の予防・改善でSTOP!脳卒中

10月29日は世界脳卒中デーです。健康寿命が全国上位を誇る静岡県ですが、近年は脳卒中による死亡率が高く、問題視されています。脳卒中の主な原因は高血圧です。あなたは自分の血圧が正常値にあるかどうか把握していますか？ また、健康づくりは毎日の積み重ねが大切です。高齢者になってもイキイキと働き、元気に暮らしていくために、若いうちから予防・改善の習慣化を心掛けてみましょう！

### データで判明！脳卒中は県民病？

**静岡県は** 脳卒中による死亡者が全国平均より**486人も多い**！  
10/29-4/30(4ヶ月)の期間で死亡した1万人

**静岡県民の** 野菜摂取量は全国で**男性36位 274g**、**女性41位 243g**です。  
10/29-4/30(4ヶ月)の期間で摂取した野菜

高血圧の主な原因に塩分の取り過ぎがあります。野菜に多く含まれるカリウムは血中のナトリウム(塩分)を洗い出し、高血圧を抑制する効果があります。食塩摂取量を抑えることで野菜摂取による健康効果も高まります。

静岡県民の脳卒中死亡の分布

静岡県民の平均血圧は119/79mmHgです。高血圧は160/95mmHg以上です。

全国に比べてがんや心疾患などによる死亡率が低いのに比べ、脳卒中による死亡率が1割ほど高いことが分かっています。

### おうち測定で高血圧を暴き出せ！

病院で測定した血圧値が正常であるにもかかわらず、家で測定すると高いことがあります。血圧の急激な変動や活動状態によっても変動するため、家で複数回測定をして、日頃の血圧を把握しておくことが大切です。

おうち測定で  
上(収縮期) **135以上**  
下(拡張期) **85以上**  
の場合は **高血圧症に要注意!**  
※血圧が高くて、血中の脂質の値が高い場合は、心臓や血管の病気が見つかる可能性があります。

### 高血圧症に詳しい田原先生に聞きました!

Q. 高血圧対策として、まず、何から始めるのがよいでしょうか？  
A. 自分でできる対策は、  
①塩分を減らす ②お酒を減らす ③野菜を減らす  
④運動を減らす ⑤タバコを減らす ⑥食生活を見直す  
日本人の塩分・アルコールの摂取量は多すぎます。そのため、減らすことが効果的であるだけでなく有益です。減らす際の目安には制限がありますが、実行しましょうと医師の方が多くおっしゃいます。おいしいことばかりです。

※減らすポイントは、**「さらさら」がポイント!**  
Q. 減らす際にポイントを知りたいとします。どうすればいいですか？  
A. 減らすポイントは、**「さらさら」がポイント!**  
※減らすポイントは、**「さらさら」がポイント!**

県内では市町や企業・団体などが一体となり、高血圧の予防・改善に向けたさまざまな取り組みを行っています。

**静岡製薬株式会社(株薬)**  
社員健康度を上げるために、血圧測定のコネクターを行い毎月2回の測定を2か月間行いました。また、社員が楽しみながら運動不足を解消できる独自の健康プログラムを推進し実施しています。

**静岡食品株式会社(株食)**  
高血圧になる前からの「予防」に注力。定期健康診断の受診率は100%。健康データや健康チェックコーナーの設置、全従業員のストレスチェックなどにより、健康意識が大幅に向上。生産性や生産量が向上しました。

**製法地域**  
高血圧の改善に向け、1市5町で血圧計設置場所の見える化や健康フェアの開催など、地域を挙げた対策を実施。各町町や河津町では、スーパーと連携したイベントや健康推進コーナーの設置に取り組んでいます。

**FASTで脳卒中を疑おう!**  
脳卒中で起こる三つの症状  
・顔のまひ (Face)  
・腕のまひ (Arm)  
・言葉の障害 (Speech)  
の一つでも該当したら、  
発症時刻 (Time)を確認して119番へ!

静岡県庁わかものがかり @wakamono\_gakari

8月10日は「健康ハートの日」  
静岡市役所本館あおい塔が赤くライトアップされます。  
心臓の病気を予防するため、適度な運動や禁煙など「健康ハート10か条」を意識しましょう。  
kenko810.com

fujippy\_shizuokaken

1/4

いいね！154件  
fujippy\_shizuokaken  
今日は#健康ハートの日！  
ふじっぴーは♡ハート♡に囲まれてみたよ〜  
心臓♡の病気を予防するには、適度な運動や禁煙など、「#健康ハート10か条」を意識するといいんだって〜  
そして今日は、健康ハートの日にちなんで、静岡市役所本館あおい塔が赤くライトアップされるよ〜  
近くを通る人は見てみてね！  
#静岡 #静岡県 #しずおか #shizuoka #ふじっぴー  
#今日は何の日  
#ハートの日



# 救急隊を対象とした研修会

区 分	内 容
目的	<ul style="list-style-type: none"><li>・患者をより早く治療可能な病院に搬送する体制を整備することが必要であり、そのためには、救急隊員による病院前（プレホスピタル）での患者状態の判別が重要。</li><li>・病院前スケールを用いた救急搬送体制を推進し、患者をより早く治療可能な病院に搬送できる体制の強化を図る。</li></ul>
内容	病院前スケール（ELVO screen）を利用した救急搬送 等
開催時期 回数	<ul style="list-style-type: none"><li>・12月～2月頃</li><li>・全3回（東・中・西部地区×1回）</li><li>※ 地域により救急搬送体制が異なることから、各地域ごとに開催</li></ul>
状況	<ul style="list-style-type: none"><li>・病院前スケールについてアンケートを実施中</li><li>・日程調整中</li></ul>

# 心不全再入院予防診療支援

区分	内容
目的	・心不全の包括的診療体制を構築する試みとして、心不全急性増悪の早期診断を可能とするデバイス（呼吸データを可視化）を導入し、心不全急性増悪の早期発見を図り、早期治療に結びつける。
導入施設	・西部地区の、心不全治療の包括的診療体制を構築する主な急性期病院 ・導入病院数：4病院
配布対象	導入病院4施設のいずれかに心不全で初回入院し、かつ、かかりつけ医が決まっている患者
状況	浜松医科大学と委託契約を締結し、実施中

# 心不全手帳の活用

区分	内容
目的	<ul style="list-style-type: none"><li>・心不全手帳を活用し、生活習慣病の管理、医療連携パスとして利活用し、心不全患者の再入院を減少させる</li></ul>
配布先	<ul style="list-style-type: none"><li>・順天堂大学医学部附属静岡病院</li><li>・静岡医療センター</li><li>・静岡市立静岡病院</li><li>・静岡市静岡医師会</li><li>・磐田市立総合病院</li><li>・浜松医科大学医学部附属病院</li><li>・浜松医療センター</li><li>・聖隷浜松病院</li><li>・浜松赤十字病院</li></ul>
状況	<ul style="list-style-type: none"><li>・令和5年9月末までの再入院率について、報告を依頼予定</li><li>・新版を年内に印刷発注予定</li></ul>

# 先天性心疾患患者の支援体制構築

区分	内容
目的	<ul style="list-style-type: none"><li>・小児期に先天性心疾患に対する外科的治療を行った場合、厳格な経過観察が必要な合併症を抱えることが多く、追加治療によって健康寿命が大きく変わるが、成人先天性心疾患（ACHD）患者に対する専門医療の提供状況について、情報把握が不十分である。</li><li>・県内ACHD患者情報を収集・登録するデータベースを構築し、エビデンスに基づく医療提供を推進する。</li></ul>
導入施設	県立こども病院
内容	<p>&lt;令和5年度実施事業&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・システム作成のための研究（登録項目等に関する検討会の開催等）</li><li>・セキュリティシステムの開発</li></ul> <p>&lt;令和6年度以降&gt;</p> <ul style="list-style-type: none"><li>・テスト版の作成</li><li>・運用開始、関係者向け説明会・講習会の開催</li></ul>
状況	委託契約に向けて準備中