

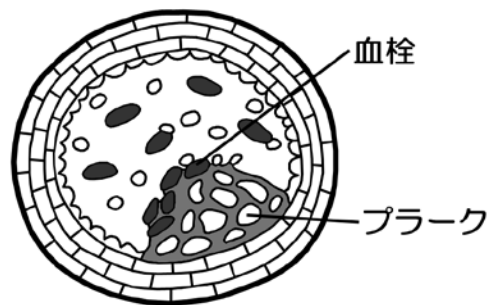
## 死亡原因の第2・第3位が心臓病と脳卒中 ですが、実は介護が必要となった主な原因の 約三分の一を占めているのです！

### ◎脳卒中と心臓病の原因は同じ！

国民生活基礎調査によると、主な死因別死亡数の第1位は ガン(30.4%)、第2位は 心疾患(心臓病 15.9%)、第3位は 脳血管疾患(脳卒中 11.8%)ですが、それだけではありません。介護が必要となった主な原因の第1位は 脳卒中(23.3%)で、心臓病(4.3%)と合わせると 27.6%、約三分の一を占めるのです。なぜ脳卒中と心臓病とを合わせるかということ、その大元がいっしょの動脈硬化だからです。

### ◎動脈は 栄養や酸素を運ぶ幹線道路、これが詰まったら どうなるか？

脳卒中と心臓病の元になるのは 動脈硬化です。動脈は 心臓から送り出される血液を全身に運ぶ役目を持つ血管で、言ってみれば栄養や酸素を運ぶ幹線道路。本来は しなやかな強さと弾力性を備えていますが、動脈の血管壁が老化して硬くなり、高血糖・高血圧・脂質異常などが原因で、血管壁の内側にドロドロした かたまり(プラーク)が出来て動脈硬化という状態になります。このプラークが破裂すると、血栓が出来て動脈をふさぎ、脳卒中や心筋梗塞を発症する元になります。



血管内のプラークが破裂すると  
血栓ができて動脈をふさぎます。

### ◎血管の硬化は 血糖値が上がる前段階から始まっている！

健康診断の結果を見て、「少し血糖値が高いけど、病気と診断される程じゃないから」と安心していませんか？ 順天堂大学医学部 代謝内分泌学教授：小沼富男先生は、「血管の硬化は血糖値が上がる前の段階から始まっており、高血糖が数値で表われる頃には 動脈硬化がかなり進んでいる恐れがある」と言っておられます。死の四重奏と言われる「高血糖、高血圧、高脂血症、肥満」が互いに影響し合って悪化し、動脈硬化を促進します。

### ◎最も わかりやすい動脈硬化のサイン

血管や血液の様子は 体の外からは見えませんが、体重が増えたり、スカートが きつくなったりしたら、誰でも自覚できます。そうです！ 最もわかりやすい動脈硬化のサインは「肥満」です。肥満を解消することが、高血糖によるインスリンの過剰な分泌やメタボ、動脈硬化を防ぐ有効な方法です。小沼先生は インスリンを上げやすい 甘いジュース・缶コーヒー・お菓子・果物・お酒などの摂取を控え、血糖値の急な上昇を抑える作用がある「食物繊維」を積極的に摂ることを勧めています。ところで、この恐ろしい「血栓」は にごって滞った血液が一番の原因です。

清流の如くサラサラで清らかな血液(活血)にしてくれるのが「清心：360p・12,000円(税別)」という漢方製剤です！ 体の隅々まで元気な血液が流れて、血栓を取り除くことができ、多くの方々に 大変喜んで頂いております(特に、脳卒中などで後遺症のある方)。 ぜひ、ご相談ください！

## マルイチ薬品 高槻店

〒569-0051 高槻市八幡町2-8 (八幡神社前)

営業時間：午前10時～午後7時 定休日：日曜・祝日

☎ 072-671-7270