

# 平成 29 年度 頸北地区の医療を考える会



2017年 10月28日 (土)  
柿崎コミュニティプラザ ホールにて

## 柿崎病院

### 頸北地区の医療を考える会

テーマ 「脳卒中にならないために」を  
開催しました。

今回は3部構成で、まず県立中央病院診療部長、田部先生より「脳卒中とは」と題して講演がありました。脳卒中を発症して時間が経過してから病院に受診する方が多いこと、特に頸北地域は高血圧の方が多いため上越市の現状と脳卒中について講演され、わかりやすい内容でした。参加された方からは、日常生活の管理が大切であること、身近な病気であること、予防することの大切さが良く分かったなど多くの声が寄せられました。



次に、当院のリハビリ技師長からは「脳卒中のリハビリテーション」と題して講演があ

りました。急性期は施設の整った病院で治療を受け、リハビリの段階になったら柿崎病院に転院が可能となる脳卒中地域連携バスが動き出し、つながる医療が行われるとの話がありました。講師指導のもと、参加者全員でストレッチを行いました。身近な物を使い、すぐ生活の中に取り入れられるストレッチで、運動を続けていく大切さが理解できました。

最後に当院の総合診療科医長、木島先生より「脳卒中の予防10か条」について講演がありました。日頃からの生活習慣を振り返り、食事・運動・セルフチェックなど注意すべきところ、改善していく大切さについて理解できたのではないかと思います。そして、何よりも『おかしいと』思ったら早く病院へ行くことが重要だとお話がありました。



多くの方から、講演会を是非継続して欲しいという意見が寄せられました。来年度に向けて準備していきたいと思います。

柿崎病院 浅野広美