

テーマ名	「血圧」を測って、自己健康管理について考えてみよう
担当教員	青山みどり 教授、佐藤栄子 教授、川久保和子 講師、茂木英美子 講師
学部：分野	看護学部：成人看護学
内 容	<p>血圧は、私たちが生命を維持するために最も重要な生理的指標（バイタルサイン）です。この血圧（動脈圧）は、心臓が血液を動脈内に送り出す時の動脈の壁への圧力ですが、この圧力により血液を全身の臓器に送り出すことで、生命活動を維持しています。</p> <p>この血圧について、まず、どのように測定するかを体験しましょう。また、この血圧を維持する機構、ことに食塩摂取との関係を学びましょう。</p> <p>さらには、血圧の異常、ことに高血圧になるとどのような病気を起こすかを学び、それらの病気を予防する方法についても学びましょう。現在、わが国では、高血圧の方は4,000万人以上とされており、まさに国民病です。これからの健康のために血圧について学びましょう。</p> <p>※大学見学では</p> <p>血圧の測定の実際について、血圧を測定する装置を手にしていただき、実際に血圧を測定していただきます。そして、血圧は常に変動していることを理解していただきます。</p> <p>さらには、血圧の動脈硬化への影響についての検査である、血圧脈波検査、体脂肪検査についても経験していただきます。</p> <p>※リモート授業（遠隔）も可能です。</p>
写真・画像	
対象生徒	全ての高校生（普通高校・工業高校・専門高校）