

11月に入り寒くなる一方、日中は汗ばむ陽気の事もあり、体調管理が難しい日が続きます。

去る10月13日、「小阪まちゼミ」に当院も参加させて頂き、「ブラック会社『腎臓』に働き方改革を！」と題して健康教室を開催致しました。24時間働き詰めの臓器はたくさんありますが、あまり働いている実感の無い腎臓にスポットライトを当て、腎臓の働きや腎臓を守るために何が重要かをお話させて頂きました。

参加頂いた方からはとても活発にご質問頂き、どの様な点に疑問を持たれやすいのかが分かり、院長自身とても実りのある時間を持つことができました。ありがとうございます。

お話をさせて頂いたポイントは2点に集約されます。

一つは、「腎臓が悪くなると、透析になりやすいだけでなく心臓や脳の病気になりやすくなる」ということ。

腎臓が悪くなれば当然透析が心配されますが、それだけでなく実は血管の病気である脳卒中や心筋梗塞のリスクが上がる事が同じくらい重要です。

人工透析はイメージされやすいのですが、それ以外にも腎臓が悪くなると困ったことが起きるという事が少しでも伝われば幸いです。

もう一つは、「なぜ腎臓が悪いのか原因がとても大切」だという事です。

昔は糖尿病から腎臓を悪くする事が多かったのですが、時代は変わり糖尿が無くとも腎臓が痛む事は決して珍しくありません。

なぜ腎臓が痛んでいるのか、最初が肝心です。

当院では引き続き定期的に無料の健康教室を開催しています。

多くの方にご質問頂くことで、院長としても皆さんが日々気になっていることを知ることのできる貴重な体験と考えています。

今回参加頂いた方は次回以降も、また今回参加頂けなかった方には次回是非とも、ご参加を宜しくお願い致します。