

血管年齢測定・体脂肪測定

乳がん模擬触診体験・健康相談

老化は血管から始まります。肥満、高血圧、高脂血症、糖尿病、たばこ、ストレス、疲労は血管の老化を加速します。老化が始まると血管の弾力性がなくなり動脈硬化となります。弾力性の乏しい血管にコレステロールがたまったりして血管が狭くなります。動脈硬化は脳や心臓といった大きな血管から始まります。脳の血管が細くなれば「脳梗塞」もおこしやすくなり、脳血管性認知症の原因となります。

若いから健康と思っているあなた、大丈夫？

11月25日 水曜日

8号館マツプホール

12:15～15:15