

いい眠り
応援します

ZZZ...



第4回
みんなの健康教室

福岡みらい病院

睡眠時無呼吸 症候群について

入場無料

2016年3月26日(土)

10:00 ~ 12:00 9:30 開場

場所：福岡みらい病院 2F ホール

申込：092-662-3070

(ホームページ、病院窓口でも申込みます)



- 10:00 ~ 10:30 「睡眠時無呼吸症候群について」
循環器内科部長：山脇 徹
- 10:30 ~ 10:45 「睡眠と食事」
管理栄養士：小路 佑実
- 10:45 ~ 11:00 休憩
- 11:00 ~ 11:30 「睡眠前のリラクゼーション」
作業療法士：田中 大地
- 11:30 ~ 12:00 質問コーナー

睡眠時無呼吸症候群は、その名の通り眠っている間に呼吸が止まる病気です。しかし単に呼吸が止まるだけの病気ではなく、昼間の日常生活に悪影響を及ぼし、さらには心臓・脳・血管などに大きな負担をかけて、様々な循環器病を合併する危険が高まることが明らかになっています。今回の健康教室を通して睡眠時無呼吸症候群について理解していただき、皆さんの循環器病のリスクを減らすことにお役に立てたらと思っています。

福岡みらい病院 山脇 徹

後援：福岡市 主催：医療法人相生会 福岡みらい病院・杉岡記念病院 共同プロジェクト 2016