

2026

6/19

金

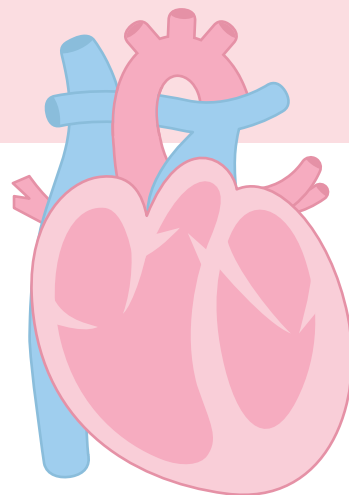
演題

心臓を守る食事と運動

講師

循環器内科

講師 濱 知明 医師



我が国において心臓の病気(心臓病)は、がんに次ぐ死亡原因の第2位であり、積極的に対策を講じて介入しているにもかかわらず、心臓病、とくに心不全を発症する人は年々増加傾向にあります。心臓病は一度発症すると完治が難しい病気が多く、発症する前に予防すること(一次予防)や、発症した後もこれ以上悪化させないこと(二次予防)が大変重要です。お薬や手術も心臓病にとっても大切な治療法になりますが、それよりも前にひとりひとりが始められること、それが心臓に良い「食事」と「運動」を実践することです。心臓病にならないためにはどのような食事や運動をしたらよいのか、心臓病をもつ患者様はどんな食事や運動をしたらよいのか、「心臓を守る食事と運動」について、わかりやすく解説させていただきます。

日時 2026年6月19日(金) 開場 17:00 開演 17:30 ~ 閉演 18:30(予定)

会場 東京医科大学病院 本館9階 臨床講堂 (最寄駅:丸ノ内線 西新宿駅)

申込 事前の申込は不要。当日は会場に直接お越しください。

※尚、座席数に限りがございます(360席)。満席の場合は入場をお断りする場合がございますので予めご了承ください。