

神戸協同病院外来公開講座のお知らせ

「サルコペニア(筋肉減少症)とは」

～もしかしてその症状、加齢による衰えとは別の原因による病気かも!?!～

「自己チェック」を行って、もし
2つ以上当てはまるようなら、
医師の診察を受けて、早期発見・
早期予防につなげませんか?

- 65歳以上である
- 「青信号のうちに、横断歩道を渡りきれない。」
又は、「握力が男性で25kg未満、女性で20kg未満」
- ふくらはぎの一番太いところが、30cm未満。
又は、BMIが18.5未満
(体重kg÷身長m÷身長m)



最近…

「急に体重が減った」

「信号が青のうちに渡りきれない」

「重たいものが持てなくなった」

なんて症状ありませんか？

「サルコペニア」とは、筋肉量が減少している状態のことで、原因として、加齢の他長期安静による筋萎縮、栄養不足、慢性疾患(がん・心不全など)が考えられます。

原因を早めに特定して、適切な対処を行って早めに改善しておかないと、生活機能が低下し、要介護や寝たきりの状態になってしまうかもしれません。是非この講座で医師の指導の下、自己チェックを行ってみませんか？
お待ちしております^^

2018年3月20日(火)14:30～15:30

講師：石川靖二(外科医師/神戸協同病院副院長/NST褥瘡対策委員長)

場所：神戸協同病院本館 1階外来待合 ※動きやすい服装でお越し下さい。



神戸協同病院 NST褥瘡対策委員会事務局(中村)

この公開講座に関するお問い合わせは、(代)641-6211