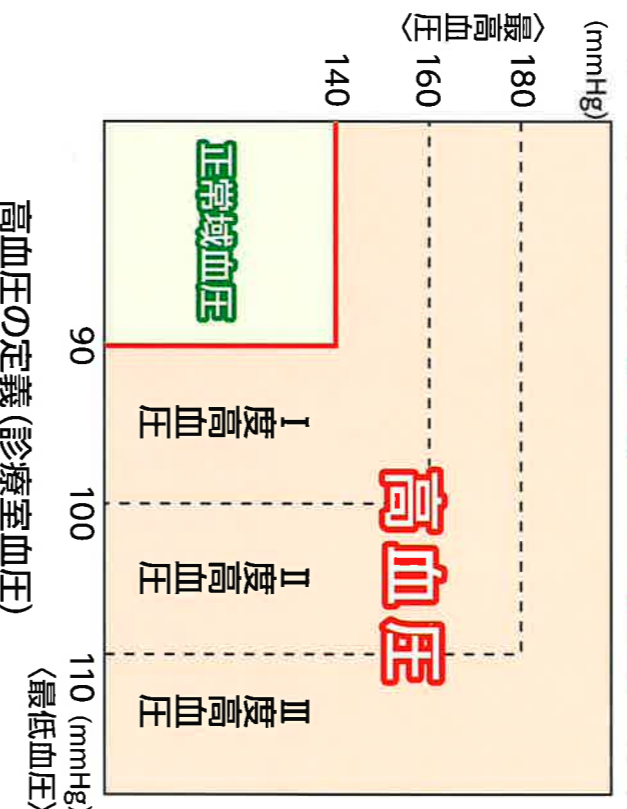


高血圧に要注意!

運転や重作業等の最中に血圧が急上昇すると重大事故につながります



あなたは高血圧ではありませんか?



診療室で測定した血圧が
最高血圧...140mmHG以上
最低血圧...90mmHG以上

家庭内で測定した血圧が
最高血圧...135mmHG以上
最低血圧...85mmHG以上

の方は高血圧に当てはまります
(高血圧治療ガイドライン2014より)

□このようなききは血圧の上昇に注意!



睡眠不足



長時間の運転



加速時・追越し時



ヒヤリハット

最悪の場合...



意識を失い車が暴走



大事故に!

高血圧による事故防止のポイント

- 毎日血圧を測定して、自身の数値を知っておきましょう
- 無理な行動は血圧を急激に上げるので、仕事中は特に注意しましょう

