

宗像水光会総合病院 生活習慣病内科

平成 29 年 11 月 1 日より、水光会健康増進クリニックを廃止し、新たに隣接の宗像水光会総合病院の附帯施設として、今までの診療を継続することになりました。「生活習慣病内科」の名称で、病院の内科の一部としてその役割を担うこととなります。また従来のリハビリテーション診療もこちらで行うこととなります。

「糖尿病」や「高血圧症」、「脂質異常症」、「肥満」などの生活習慣病の改善には食事療法、運動療法、薬物療法などがあります。

どの療法を行うかは検査値の状態や生活状態に応じて、患者さんごとに異なりますが、当科では、併設の水光会メディカルフィットネス（医療法第 42 条疾病予防施設、厚生労働大臣認定健康増進施設）、総合健診センターとの連携にて、運動処方、栄養指導、保健指導を行うことにより生活習慣病の予防と治療に積極的な支援を行います。

生活習慣病は、運動不足や偏った食生活、食べ過ぎや飲み過ぎ、睡眠不足、喫煙や飲酒の習慣などが原因といわれています。また、生活習慣を原因として「動脈硬化」が進むと、心疾患や脳疾患を発症するリスクが高まり、命の危険を及ぼすと言われています。そのため、「動脈硬化」を回避するためにも、医師や保健師、管理栄養士、家族などと協力して、生活習慣病を改善させる生活に変えることが望まれます。

数多い原因のなかでも特に運動不足は、比較的簡単に生活習慣病を解消することができる療法です。ただ、運動不足な方は、もともと体を動かすことが苦手だったり、継続することが難しい方が多いのではないかと思います。

当科では、個別的な運動処方により、それぞれにあった運動習慣ができるよう診療をおこなっております。

●生活習慣病内科 診察室

受付時間 午前 8 : 30 ~ 12 : 00

午後 13 : 30 ~ 16 : 30

診療時間 午前 9 : 00 ~ 12 : 30

午後 13 : 30 ~ 17 : 00

リハビリのみ 午前 8 : 40 ~ 12 : 30

午後 13 : 30 ~ 17 : 30（土曜は午前中まで）

休診日 土曜・日曜・祝日・年末年始（12 月 31 日～1 月 3 日）

※診療は原則、予約制となっております。