

メタボ克服運動ドック

～運動負荷試験と運動処方～

メタボリック症候群（メタボ）は、内臓脂肪型肥満に高血圧・高脂血症・高血糖のうち2つ以上を合併した状態で、動脈硬化が進みやすく、狭心症、心筋梗塞、脳卒中などのリスクが高いことが知られています。

メタボリック症候群と診断された場合には、適切な食事と運動によりその改善が勧められます。

そこで当院では、人間ドックでメタボリック症候群と診断された方を対象とし、運動負荷試験により適切な運動処方をおこない、その後の運動を推奨する『メタボ克服ドック』を始めました。

適切な運動のやり方を知ることにより、メタボリック症候群から脱却できるようサポートいたします。

1年後再度受けていただければどれだけ改善したかも調べることが出来ますので、何年か続けて受けられることをお勧めします。尚、複数年での経過について比較研究の対象とさせていただくことに同意していただける場合は割引料金を設けました。本研究は当院創設80周年記念事業からの支援を受けています。



1. 対象

当院人間ドックでメタボリック症候群と診断された方

2. 開催日時

木曜日 13:00～15:00〔個人指導〕完全予約制

3. 料金

20,000円

(※ただし、研究に同意しご参加いただける方は15,000円)

4. 場所

1階 健康管理センター 看護相談室

5. お申し込み・お問い合わせ

1階 健康管理センター受付にてお申し込み 又は
06-6312-8841 (直通) までお電話下さい。

〔※受付時間 10:00～16:30〕