

# 認定看護師通信 (No. 4)

今回は、脳卒中看護認定看護師が担当いたします。

日頃から脳卒中に注意した生活が必要で、特に血管管理は重要です。  
よって今回は、高血圧の話をしていきます。  
血圧は容易な事で変動します。

日頃の生活では、



一般的に  
このような生活を行うと  
高血圧予防となります。

一番大切な事は、かかりつけ医に相談する事です。

## 受診行動は健康管理の第一歩



脳卒中認定看護師  
はちすか



「今日の一場面」

患者さんは廊下で歩行訓練を  
行いながら適度な運動を  
しています

次は、認知症認定看護師が担当します。