

ストレスは血圧に影響を与えるのか

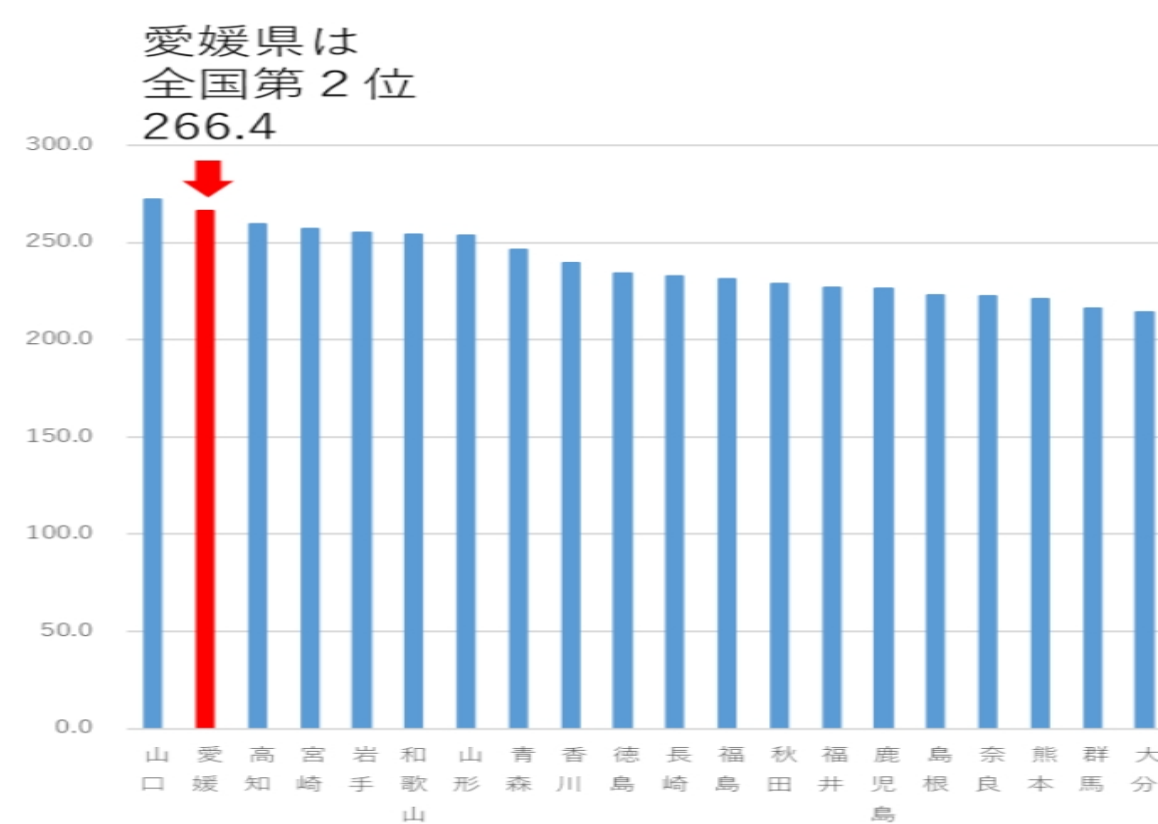
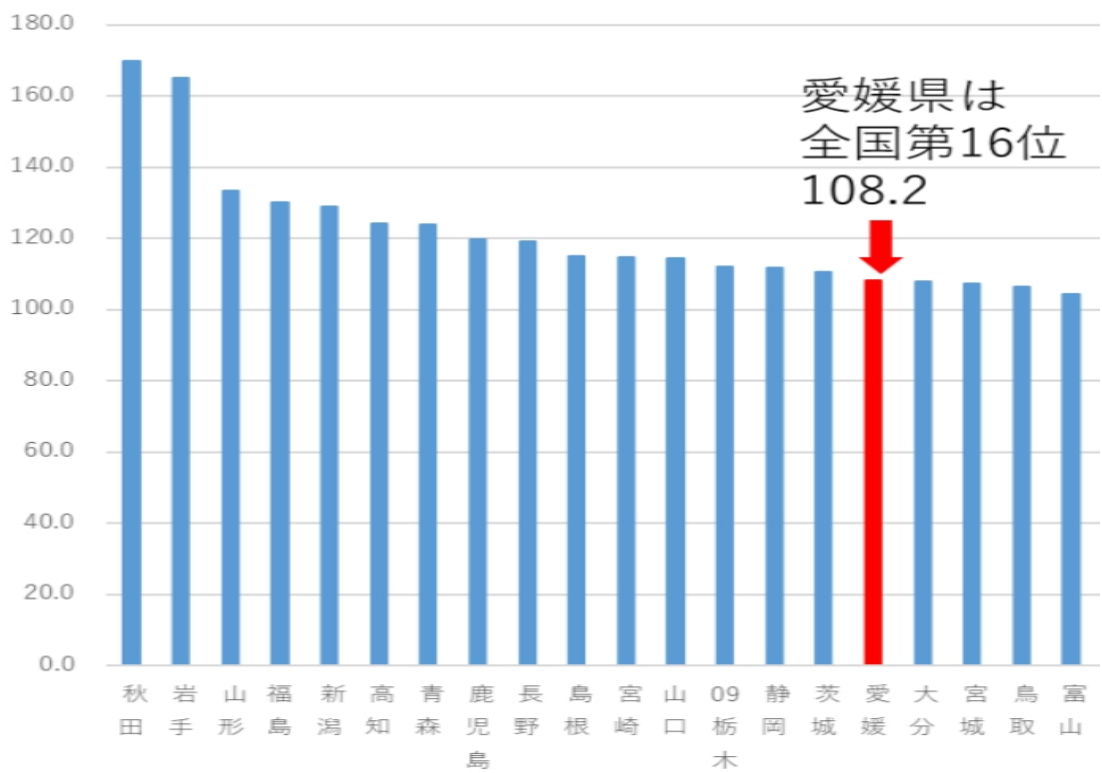
田中留威 河野優衣
長岡佑悟 中川いろは 指導教員：林広樹

1. 研究の背景

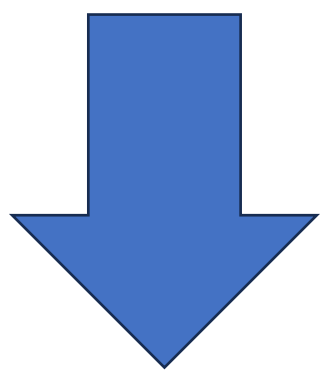
愛媛県の高血圧患者

脳血管疾患
ワースト16位
心疾患死亡率
ワースト2位

厚生労働省人口動態統計（令和4(2022)年）

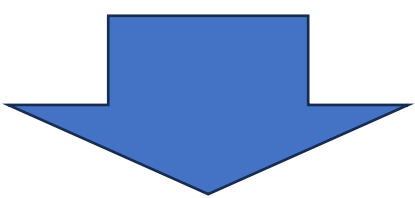


愛媛は高血圧と関係の
高いこれらの病気の死
亡率が**全国トップクラ
ス**に多い



愛媛のこれからの人口推移

愛媛の高齢化率は**34%**（3人に1人が65歳以上）
人口は減少傾向にあり2060年には78万人にまで減少
するという推計もある



高血圧を少しでも予防できないか

2. 仮説

ストレスを与えると血圧は上昇する

3. 実験

- 方法
- 1, 5分間安静にする（リラックス状態）
 - 2, 血圧測定①
 - 3, 暗算課題（ストレスを与える）
 - 4, 血圧測定②
 - 5, 5分間休憩する（リラックス状態）
 - 6, 血圧測定③

準備するもの

- ・ 血圧計
- ・ 紙
- ・ ペン
- ・ ストップウォッチ

比較・分析

- ・ 安静時とストレス直後の血圧を比較する
- ・ 個人差を調べる
- ・ グラフや表にまとめる

4. これからの展望

- ・ ストレスの種類を変えて実験をする（どのようなストレスが血圧により大きな影響を与えるのかを比較する）
- ・ ストレス軽減方法の検証（ストレス軽減の程度を比較する）
- ・ 高血圧予防への応用