

元気! 長生き!
ヒントがいっぱい!

草野仁の名医が寄りそう! カラダ若返りTV

BS朝日にて毎週土曜ごご5時~放送

BS朝日

BS朝日は
5ch
全国無料放送!

毎週**土曜**
ごご**5時**~
放送

出演:
草野仁・梅田陽子



BS朝日では、太陽生命の一社提供となる
健康情報番組を放送しています。

健康プランナー・草野仁とアシスタントの梅田陽子(フリーアナウンサー)が送る健康情報番組。一般の方々から健康にまつわる悩みを募集、エビデンスを持つ名医が予防・改善法をアドバイスし、実践の模様をドキュメント。

テーマは「物忘れ!認知症予備軍」や「脳梗塞の危険」、「3000万人!?!が悩む腰痛」など、身近な悩みや、季節によるリスク増など、多くの人が不安に思うことを、名医と共に信頼のおける医療情報を提供します。

今や人生100歳時代。

「幸せな100年を送るために大切なものは何か」をテーマに、
健康的にカラダを作る実践方法を提案します。

西山耳鼻咽喉科医院 院長

西山 耕一郎先生がご出演されます！

🎥 2024年9月14日(土) 放送回 🎥

むせて苦しい「誤嚥」

歳のせいと放置すると、命に関わる病に発展することも！
名医の改善法は「のど筋トレ」!?

食 ベ物や唾液が誤って、のどから気管に入ってしまう「誤嚥」。歳のせいと放置すると、命に関わる大病・誤嚥性肺炎に発展してしまうことも…！ 今回の相談者は、30代から頻繁に誤嚥してしまうというA子さん。食事に気をつけていても、唾液を飲み込むだけでむせてしまい、日常生活に支障が…。そこで、名医が直接診察し、原因を調査。測定したのはなんと握力?? さらに、改善法は3種類の「のど筋トレ」! その効果とは!?



西山耳鼻咽喉科医院 院長
西山 耕一郎 先生

