

こんな相談ありました。 不安で血圧が急上昇

ティーペックの健康相談サービス



健康を測るためのバロメーターとして知られる「血圧」ですが、緊張や興奮、ストレスなどに大きく影響を受けます。

今回は、健康診断の日、血圧の急激な変化を目の当たりにし、とても不安が強くなったお客様からの相談をご紹介します。

このようなご相談では、まずご不安に思うお気持ちについて十分に伺います。その上で、緊張や驚き、不安といった急激な感情の変化により、血圧が急激に上昇することは通常でもあることをお伝えしました。

ついで、持病をお持ちでなければ、一時的な上昇ですぐに重大な病気になるわけではないことをお伝えし、落ち着いていただきました。このお客様は、血圧測定習慣はありませんでしたので、まずは普段の血圧を知ることから始めた方がよいことをアドバイスしています。

生活習慣の見直し、改善に関してはご自身のお身体の状態を知ってから取り組むことを勧め、ご相談を終えました。

※上記は回答例です。お客様により、アドバイスは異なります。

ティーペックの24時間健康相談サービスでは、お客様のお話をしっかりと聞き、その時お客様に必要なと考えられる情報をお伝えするよう努めています。今回のご相談では、お客様の健康に対する意識を変えるお手伝いができたのではないかと振り返ります。

※本事例は、ご利用者のプライバシーを保護しつつ、簡潔にまとめる目的の範囲内で情報の編集・加工を行っています。
※サービスの利用対象者はご契約内容により異なります。
※資料のご利用に関しては、ティーペックと契約している企業・団体様内のみに限ります。

プライバシー厳守・相談無料です
鉄道弘済会健康保険組合「健康相談ほっとライン」
電話0120-531-008