

**MEDIA RELEASE • COMMUNIQUE AUX MEDIAS • MEDIENMITTEILUNG**

2020年3月19日

報道関係各位

ノバルティス ファーマ株式会社

**ノバルティス ファーマ、高血圧の食事・運動療法に関する電子書籍を  
緊急人道支援の国際 NGO「ジャパン・プラットフォーム」に寄付**

ノバルティス ファーマ株式会社（代表取締役社長：綱場 一成）は、本日、緊急人道支援の国際 NGO「ジャパン・プラットフォーム」（東京都千代田区）に、高血圧に関する電子書籍 2 作品の無料閲覧ができる権限を寄付したことをお知らせいたします。

寄付された電子書籍は、以下、ジャパン・プラットフォームのウェブサイト上のリンクを介して、電子書籍サイト BookLive! に接続し、会員登録（無料）することで、ダウンロードいただけます。

(<https://www.japanplatform.org/info/2020/03/181200.html>)

ダウンロード期間：2020年3月20日～2020年4月30日

新型コロナウイルス（COVID-19）の感染が拡大する中、高血圧患者さんが外出を控え自宅で過ごすことが余儀なくされ、運動不足など生活習慣が乱れるケースがあると思われます。一方で国内の高血圧患者数は約 4,300 万人と推定されており<sup>1</sup>、降圧治療の非薬物療法として、減塩を中心とした食事療法や、運動、肥満改善などの生活習慣の改善が求められています<sup>2</sup>。

このような中、高血圧患者さんの食事・運動療法に関する電子書籍が、自宅で過ごされている高血圧患者さんのより良い血圧管理に少しでも役立てていただけるのではないかと考え、寄付させていただく運びとなりました。

ノバルティス ファーマは、循環器・腎・代謝領域を注力領域のひとつに位置付けています。血圧管理のためのサポートを行うことで、高血圧症をはじめとした生活習慣病の患者さんやご家族の、より充実したすこやかな毎日のために貢献していきたいと考えています。

**ノバルティス ファーマ株式会社について**

ノバルティス ファーマ株式会社は、スイス・バーゼル市に本拠を置く医薬品のグローバルリーディングカンパニー、ノバルティスの日本法人です。ノバルティスは、より充実したすこやかな毎日のために、これからの医薬品と医療の未来を描いています。ノバルティスは世界で約 10 万 9 千人の社員を擁しており、7 億 5 千万人以上の患者さんに製品が届けられています。ノバルティスに関する詳細はホームページをご覧ください。

<https://www.novartis.co.jp>

以上

## 参考文献

1. 高血圧治療ガイドライン 2019 P7の2. 国民の血圧の現状と推移
2. 高血圧治療ガイドライン 2019 P48の3. 生活習慣の修正、非薬物療法、薬物療法

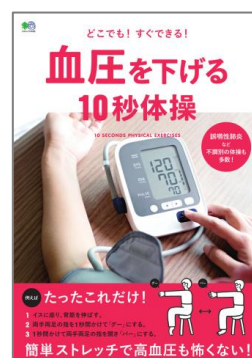
<参考資料>

寄付する電子書籍について

### 『血圧を下げる 10 秒体操』

(出版社：エイ出版社)

手軽な体操で健康になれば良いと思いませんか？本書では、筋トレで高血圧を改善する方法を始め、血管若返り体操、脊柱管狭窄症の改善に痛みナビ体操、めまい改善の姿勢矯正、誤嚥性肺炎予防ののど体操、耳の不調を改善する噛み合わせトレーニング、自律神経を整えるウォーキングなど、簡単な体操であらゆる不調を改善する方法を紹介しています。どれもすぐの始められるものばかり。人生 100 年時代を健康でイキイキ過ごすためにご活用ください。



### 『おとなの健康レシピ高血圧の献立』

(出版社：オレンジページ)

毎日の食事で、無理なく血圧を下げたい人におすすめのレシピ集です。塩分 2.5g 未満でも大満足の 1 カ月分の「適塩」献立や、血圧を下げるおかずカタログ、塩分ゼロの副菜、減塩鍋などのアイデアレシピを掲載。高血圧の基礎知識や血圧を下げる生活・運動についても解説。血圧を下げる簡単な運動のタオルグリップ法も紹介しています。

