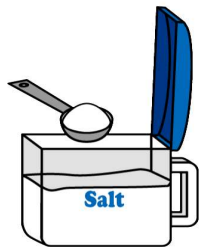


食塩とると、なぜ血圧が上がる？

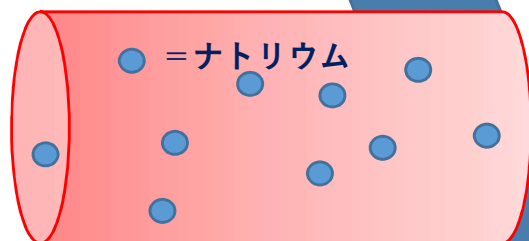
① 食塩の過剰摂取



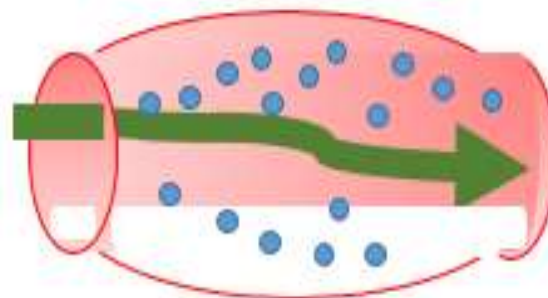
食塩 = 塩化ナトリウム

② 血液中の
ナトリウム濃度が上昇

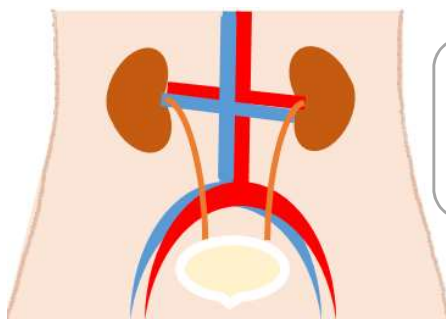
血管



血管



③ 腎臓での調整（余分なナトリウムを
尿中に排泄する）が追いつかない



⑤ 血圧が上昇

④ 血液中のナトリウム濃度
を下げるために血液量を増やす