

健康一口メモ

～脳の病気の前兆や普段の生活で気をつけること～

2024年 5月

『脳』の病気には、頭痛、脳卒中、認知機能疾患、脳腫瘍などさまざまなものがありますが、今回は、「脳卒中」について考えていきます。

脳卒中とは

脳卒中とは、脳の血管がつまったり破れたりすることで、脳の血管に異常が発生し、麻痺やしびれ等の神経症状が現れた状態の総称です。

食べ過ぎ



飲みすぎ



たばこ



運動不足



このままの生活を続けると…

高血圧



糖尿病



脂質異常症



心房細動



心臓内の血流が停滞してできた血の塊が、動脈内を移動して脳の血管を詰まらせることで起こる。

動脈硬化

脳卒中

- ・血管が狭くなる・つまる(脳梗塞)
- ・血管が破れる(脳出血・クモ膜下出血)

三重県における脳卒中の患者数は、約2万2000人と推定されています※1。また、脳卒中が原因で、年間約1500人の方が亡くなっており※2、がん、心臓病、老衰に次いで、死因の第4位になっています。

※1 厚生労働省「令和2年患者調査」 ※2 厚生労働省「令和3年人口動態統計」

脳卒中の前兆

脳卒中は、発症に気づいたら、死亡や後遺症のリスクを下げるためにも、迅速に対応することが重要です。

Face 顔

- ・片側が下がって動かない
- ・笑顔がつかれない



Arm 腕

- ・片側の腕に力が入らない
- ・両手を上げようとしても片方が上がらない



FAST

一つでも症状があればすぐに **119 番**

Speech 言葉

- ・ろれつがまわらない
- ・言葉がでない
- ・他人の言うことが理解できない



Time 時間

- ・すぐに救急車を呼んでください



他にも、

- ・立てない、歩けない、ふらふらする
- ・片方の目が見えない、ものが二つに見える、視野が半分欠ける
- ・経験したことのないような激しい頭痛

等の症状があります。

脳卒中の急性期治療

脳卒中は、脳梗塞、脳出血、クモ膜下出血と大きく分類することができますが、それぞれの病態や原因が異なるため、疾患に応じた治療が必要となります。

脳梗塞	血栓溶解療法・・・薬剤により詰まった血の塊(血栓)を溶かす治療法 機械的血栓回収療法・・・カテーテルを足のつけ根から脳の血管の詰まった箇所まで挿入して血栓を取り除く治療法 内科的治療・・・脳保護薬や抗血小板薬、抗凝固剤等の投与
脳出血	血腫除去術・・・頭蓋骨を開けて、出血性の腫れ(血腫)を除去する治療法 内科的治療・・・抗脳浮腫療法 <small>こうのうふしゅりょうほう</small> や降圧療法を行う
クモ膜下出血	開頭クリッピング術・・・頭蓋骨の一部を開けて、脳の血管にできたこぶ(脳動脈瘤)の根元をクリップで閉じ、脳動脈瘤への血流を止める手術 脳動脈瘤コイル術・・・カテーテルを使って脳動脈瘤の中にコイルを詰め、血流を止めて破裂を防ぐ手術

いずれにしても、症状に気づいたら、すぐに治療を始めることが重要です。

脳卒中の予防

脳卒中は、一度なってしまうと後遺症が残る可能性の高い病気ですので、ならないように予防することが大切です。脳卒中は、生活習慣を見直すことで予防することができます。



参考

脳卒中とは・脳卒中の主な急性期治療 | みえ循環器病ハンドブック:三重県医療保健部医療政策課

(<https://www.pref.mie.lg.jp>)

脳血管障害(脳卒中)の予防 | 脳血管障害・脳卒中:厚生労働省 e-ヘルスネット (<https://www.e-healthnet.mhlw.go.jp>)

脳卒中の主な症状・ACT FAST | 寝たきりにならないために今日からできる脳卒中予防:公益社団法人日本脳卒中協会 (<https://www.jsa-web.org>)