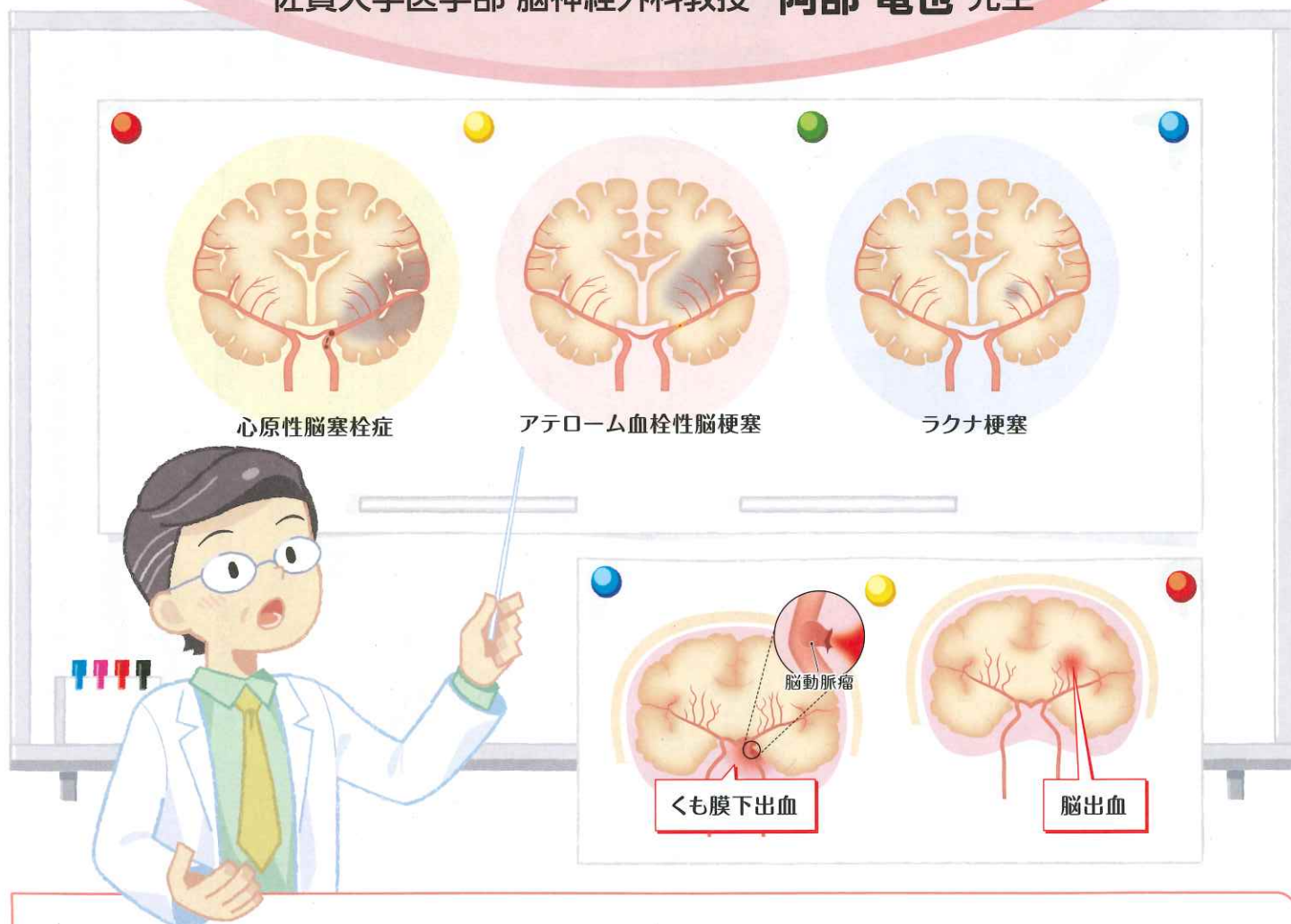


脳卒中

佐賀大学医学部 脳神経外科教授 阿部 竜也 先生



脳卒中とは、卒然^{あた}（突然）に中るといふ、脳の血管に障害がおきることによって生じる病気の総称です。脳の血管が破れるタイプとして、脳内の細い血管が破れて出血する「脳出血」、脳の比較的大きな血管にできたコブ（脳動脈瘤）が破れる「くも膜下出血」があります。また、脳の血管が詰まるタイプは「脳梗塞」と呼びます。心臓でできた血の塊が脳の血管へ流れて詰まる「心原性脳塞栓症」、脳の太い血管が詰まる「アテローム血栓性脳梗塞」、脳の細い血管が詰まる「ラクナ梗塞」の3つのタイプがあります。脳卒中の頻度は、脳梗塞 約75%、脳出血 約20%、くも膜下出血 約5%です。

意識障害

意識が
清明ではない



構音障害

はっきり発音
できない



失認

物体や人の顔などを
認知できない



運動失調

円滑な動きが
できない



失行

一連の動作を
行えない



感覚障害

感覚が分からない
しびれなど



失語

うまくしゃべれない
何を言っているか
分からない



片麻痺

手足が
動かみにくい



脳卒中に伴いよく見られる症状として、脳の血管の障害部位により、手足の麻痺（片麻痺）、手足のつっぱり（痙縮）、飲み込みの障害（嚥下障害）、言葉の障害（失語症・構音障害）、記憶や注意力などの障害（高次脳機能障害）などがありますが、発症時の症状は、脳のどこにどんな病気が起こるかで全く異なります。したがって、同じ病名がついた方が10人いたら、10人とも症状が異なるのです。そのため、定型的に「この症状であれば脳卒中中」であるとは言えませんが、次のような症状には注意が必要です。

運動

急に半身の手足に力が入らなくなった。
(箸がうまく使えない、茶碗を取り落とす、字がうまく書けない、ボタンが掛けにくい、なども含みます)

感覚

急に半身がしびれてきた。同じ側の口の周りと手がしびれてきた。

言葉

急にろれつがまわらなくなった。
急に言葉が出なくなった。急にわけのわからない言葉をしゃべりだした。

視覚

急に視野の半分が見えなくなった。急に物が二重に見えだした。
急に片目が見えなくなった。

行動

急に体をドア等にぶつけるようになった。(ご家族が見て) 急にボケたようにある。

頭痛

突然、今まで経験したことのない、バットで殴られたようなひどい頭痛がした。

めまい

急にめまいがして、歩けなくなった。

このような症状が出た場合には、直ちに急性期病院を受診してください。
脳梗塞の場合、発症後すぐに病院を受診し、治療を開始することが最も重要です。



TIA（一過性脳虚血発作）について

TIAとは、脳に行く血液の流れが一過性に悪くなり、右記のような症状が出現し、24時間以内にその症状が完全に消失するものをいいます。その発症は急激で5分以内に症状が完成し、2〜30分（多くは数分）続きます。TIAは脳卒中の前触れ発作ともいわれ、早期に完成型脳梗塞を発症するリスクが高く（TIA発症後90日以内に15〜20%、うち半数が2日以内）、専門医療機関での迅速かつ適切な診断・治療が必要な疾患です。つまり、TIAは、脳梗塞が起こりかけている最後の重要な警告サインなのです。

脳梗塞の治療

①tPA静注療法（静注血栓溶解療法）

血栓溶解療法とは、血管に詰まった血液のかたまり（血栓）を溶かす治療のことで、tPA静注療法とも呼ばれます。超急性期脳梗塞に対して行われる治療のひとつで劇的な効果が期待できます。ただし、この治療法には注意点があり、

症状が出現してからなるべく早く**4.5時間以内**に治療をしないと、効果が低くなるだけでなく、薬による副作用が出現しやすくなります。

②血栓回収術（脳血管内治療）

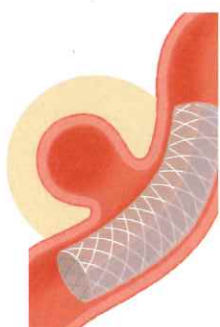
脳血管内治療とは、カテーテルという細い管などを使って、血管の中から病気の治療を行うものです。tPA静注療法で溶解が難しい大きな血栓の場合や同治療の適応外の症例に対して、血栓回収術が行われます。一般的には血管内治療は、発症後**24時間以内**の患者さんが対象となります。

いずれの治療も可能な限り早期に行うことが症状の回復につながります。しゃべりにくい、手足の動きがおかしいなどの症状があれば、様子をみずに速やかに救急車を呼びましょう。

脳動脈瘤の治療

脳の血管に出来たこぶ（脳動脈瘤）が破れるとくも膜下出血になります。くも膜下出血を起こすと、1／3は回復しますが、1／3は後遺症を残し、1／3は死亡するとされています。破れる前にみつかった動脈瘤（未破裂脳動脈瘤）は破裂を予防するために、あるいは破れた後

にみつかった動脈瘤（破裂動脈瘤）は再破裂を防ぐために、脳動脈瘤内に流れ込む血液をとめる手術を行います。以前は外側から止めてしまう手術（開頭クリッピング術）が主に行われていましたが、近年はカテーテル（医療用の長い管）を用いて血管の中から治療する方法が進歩しています。従来から動脈瘤にコイル（柔らかい金属製の糸）を充填するコイル塞栓術が行われてきました。さらに従来の治療が困難な動脈瘤に対して、ステント（網目状のワイヤーでできた筒）の一種であるフローダイバーター（非常に網目の細かい金属の筒）を用いて治療出来るようになってきました。動脈瘤ができた血管にフローダイバーターを入れることで、動脈瘤内の血流が停滞し、血栓ができて治療に導きます。ただしフローダイバーター治療は未破裂脳動脈瘤にのみ行うことができます。このように現在は複数の治療法がありますので動脈瘤の部位や形状などを総合的に判断し、最も良い治療法を選択します。



脳卒中の予防と食事

一度脳卒中を発症すると、繰り返す(再発する)危険性が高く、注意が必要です。そこで前に軽い脳卒中の発作があった人はもちろん、高血圧症や動脈硬化症、糖尿病などの病気を持っている人や集団検診などで検査値が各種の生活習慣病傾向を指摘されている人などは、生活スタイルを見直し、規則正しい食生活と適度の運動を心掛けることが脳卒中を予防するうえで大切です。

食生活のポイント

① 質と量のバランスの取れた食事を

健康な体を維持し十分な活動をするために必要な食品を適正に摂るようにします。

② 標準体重を維持する

肥り過ぎも、やせ過ぎもよくありません。どちらも高血圧や動脈硬化症などの原因になります。適正な体重に近づけるようにしましょう。

③ 動物性脂肪の摂り過ぎに注意を

血液中のコレステロールの増加を予防するうえで大切です。牛肉や豚肉、鶏肉などの肉類の脂肪の多い部分は控え、魚介類や植物性の油を使用するようにしましょう。

④ 良質のたんぱく質は十分に

脂肪の少ない肉類、魚介類、卵、大豆製品、牛乳などは不足しないよう毎日適量を摂りましょう。

⑤ 塩分は控えめに

塩分の取り過ぎは高血圧など脳卒中の原因になる病気を助長させます。塩辛い食品を避け、食塩は1日8グラム以下を目標に、薄い味付けに慣れましょう。

⑥ 野菜、果物、海藻は十分に

これらの食品には、ビタミンやミネラル、食物繊維が豊富に含まれ、便通を整える働きを持っています。新鮮な物を毎日十分摂るよう努めましょう。

⑦ 食事時間は規則正しく、3食を平均して食べましょう

朝、昼、夕食ともバランス良く食べ、落ち着いた気分で楽しく食事ができれば最高です。

⑧ アルコールは適量を

深酒は厳禁、適量を守って程々にします。酒のさかなは塩辛いものを避け、脂肪の少ない肉や魚、そして豆腐や野菜などをバランスよく取り合わせましょう。

予防のポイント

指示されたお薬を飲みましょう

□ 抗血小板薬、抗凝固薬

血栓を作りにくくするお薬です。脳梗塞の予防のために内服します。

□ 降圧薬

血圧を下げる薬です。血圧が高い方は内服します。

検査結果に注目しましょう

□ 血圧を測りましょう

収縮期140mmHg、拡張期90mmHgが持続する時は主治医に相談しましょう。

□ 血液検査をみましょう

血糖値は高くないですか？コレステロール値は高くないですか？

□ 手首など皮下に触れる動脈の拍動を感じ、観察する自己検脈をしてみましょう

□ 70歳以上になったら、毎年心電図検査を受けましょう

生活習慣を改善しましょう

□ 禁煙



タバコは脳卒中の大敵です。禁煙しましょう。

□ 適度な運動を心がけましょう

□ 冬はヒートショックに注意しましょう

急激な温度の変化で血圧が上下し、身体がダメージを受けます。

冬場は脱衣所やトイレを暖め予防しましょう。

□ 夏は脱水に注意しましょう

