

脳卒中で、寝たきりに ならないために

文責・佐賀県立病院好生館 神経内科部長 高島 洋

脳卒中は寝たきりになる 原因の第1位

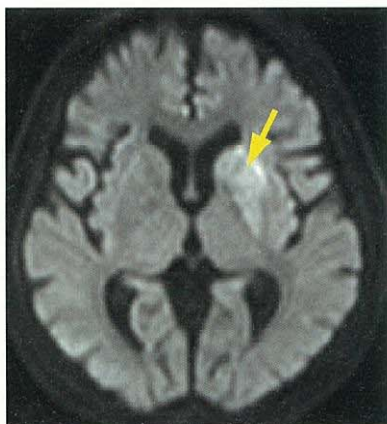
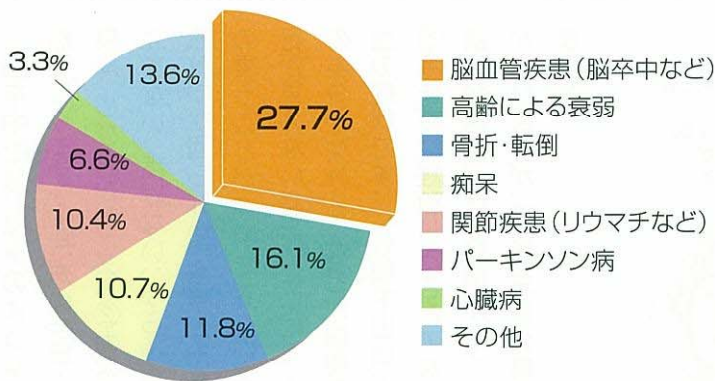
脳卒中は日本における死因の第3位を占め、患者数は約150万人といわれています。高齢者の増加や、糖尿病、高脂血症などの生活習慣病の増加により、脳卒中の患者は2020年には300万人を越すことが予想されています。

佐賀県では患者数約1万8千人で、毎年約2000人の発症者があります。また、脳卒中は後遺症に悩む患者さんやご家族が多く、寝たきりになる原因の第1位で、その3割近くを占めています。

しかし最近、診断法や治療法の画期的な進歩で、脳への障害を少なくし、後遺症を軽減することが可能になってきました。ただそのためには、発症したらずくに脳

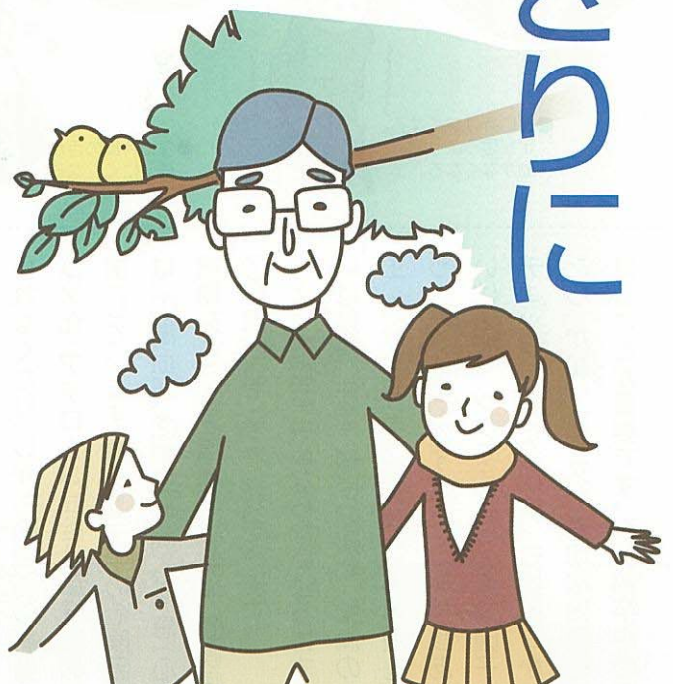
寝たきりになる原因

平成13年国民生活基礎調査



最近のMRI画像診断
(拡散強調画像、矢印:脳梗塞病巣部位)

卒中を専門的に取り扱うことができる医療機関を受診し、できるだけ早く治療を受ける必要があります。また当然ながら発症しないように口頃から予防に努めることが大切です。



脳卒中とは、 どんな 病気？



脳卒中ということでは、『卒然として悪い風(邪風)の中(当たって)倒れる病気』という意味で、つまり脳の血管が詰まったり、破れたりして、突然いろいろな脳神経症状が現れる状態を指すものです。脳卒中は大きく脳梗塞、脳出血とくも膜下出血の3つに分けられます。現在、脳卒中の約7割は脳梗塞が占めています。

脳梗塞

脳の血管が詰まって血液が流れなくなり、酸素とブドウ糖が供給されなくなるために脳の組織が死んでしまうものです。さらに脳梗塞は詰まる血管の大きさや詰まり方によって①ラクナ梗塞(脳の深部にある小さな動脈の閉塞が原因)、②アテローム血栓性脳梗塞(脳の大きな動脈の動脈硬化が原因)、③心原性脳塞栓(心臓内からきた血栓が脳動脈に流れ込んで詰まったことが原因)に分けられます。

脳梗塞と病型

ラクナ梗塞

細い血管が詰まって起こる脳梗塞



アテローム血栓性脳梗塞

太い血管が動脈硬化を起こして細くなり、詰まったりしておこる脳梗塞。

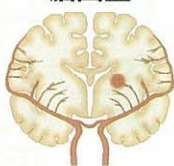


心原性脳塞栓症

心臓からきた血栓(血の固まり)が流れてきて、太い血管が詰まって起こる脳梗塞。



脳出血



くも膜下出血



脳出血

脳の細い血管が破れて脳の中に出血するもので、出血する部位によって細かく分けられており、それぞれ症状や重症度も異なります。

くも膜下出血

脳の表面を走っている動脈が破れて出血する病気で、破れる原因の大部分は脳動脈瘤で、そのまま放置すると出血を繰り返すため、極めて死亡率の高い病気です。

脳卒中の症状とは？



脳卒中では、以下のような症状が突然起こります。①片方の手足・顔半分の麻痺、しびれが起こる、②力はあるのに立てない、歩けない、ふらふらする、③ろれつが回らない、言葉が出ない、他人の言うことが理解できない、④片方の目が見えない、物が二つに見える、視野の半分が欠ける、などが脳梗塞や脳出血の症状です。くも膜下出血の症状は、⑤今までに経験したことのない激しい頭痛が突然生じ、意識がなくなることがありますが、通常、手足の麻痺はありません。

脳卒中の 危険因子と 生活習慣

脳卒中が、1960年代に日本における死因の第1位であった頃は、脳出血の割合が高かったのですが、その後、時代とともに高血圧治療が普及し高血圧者の血圧レベルが大幅に減少したことにより、脳梗塞および脳出血の発症率が低下しました。

しかし近年、耐糖能異常、肥満、脂質代謝異常の頻度の増加により、高血圧治療のみでは脳梗塞発症率の減少がみられなくなり、しかも脳梗塞の病型が欧米化(アテローム血栓性脳梗塞の増加)しています。現在脳卒中の危険因子は、①高血圧、②糖尿病、③心疾患(心房細動など)、④高脂血症、⑤肥満、⑥喫煙、⑦多量飲酒と考えられています。

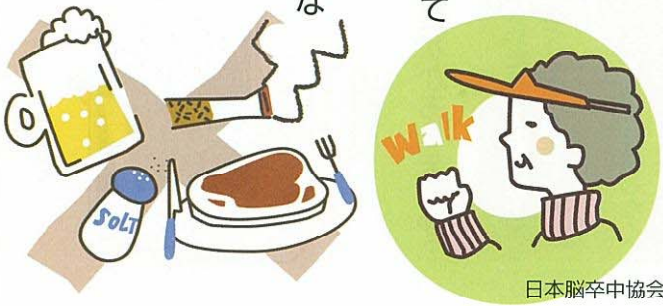
よって脳卒中にならないようにするには禁煙、節酒、適度の運動、肥満の是正、塩分制限、果物・野菜・魚の摂取を行うことが大切です。また定期検診あるいは人間ドックでこれらの危険因子のチェックをしてもらい、もしみづかつたら、かかりつけ医で適切な治療を受けることが重要です。また脳卒中の危

危険因子を持っている方やご家族にくも膜下出血をおこした人がいる場合は、脳ドックを受けることをおすすめしています。

危険因子の中で高血圧が最も重要で、140/90mmHg未満を目標とし、糖尿病があれば130/80mmHg未満に治療することが望ましいとされています。また、心房細動という不整脈があると、心臓に血栓ができやすく、それが脳の血管に飛んで心原性脳塞栓をおこしやすくなります。よって心房細動がある方は、適切な一次予防が必要です。日本脳卒中協会から脳卒中予防十か条が示されています。

脳卒中予防十か条

- 1 手始めに 高血圧から 治しましょう
- 2 糖尿病 放っておいたら 悔い残る
- 3 不整脈 見つけ次第 すぐ受診
- 4 予防には タバコを止める 意志を持って
- 5 アルコール 控えめは薬 過ぎれば毒
- 6 高すぎる コレステロールも 見逃すな
- 7 お食事の 塩分・脂肪 控えめに
- 8 体力に 合った運動 続けよう
- 9 万病の 引き金になる 太りすぎ
- 10 脳卒中 起きたらすぐに 病院へ



脳卒中の前触れがあつたらう？

脳梗塞の前触れとして、一過性脳虚血発作が知られています。一過性脳虚血発作は、突然脳卒中の症状がおこり、普通5〜15分間以内に、長くても24時間以内に消失してしまう発作です。一過性脳虚血発作は、症状が短時間で消えてしまうために軽く考えられがちですが、放置すると約2割の方は数年以内に脳梗塞になります。治療によって脳梗塞になるのを予防することが可能ですので、必ず

専門医を受診してください。また、症状が現れた時点では一過性脳虚血発作と脳梗塞とは区別ができませんので、すぐに救急車を呼んで専門医を受診してください。



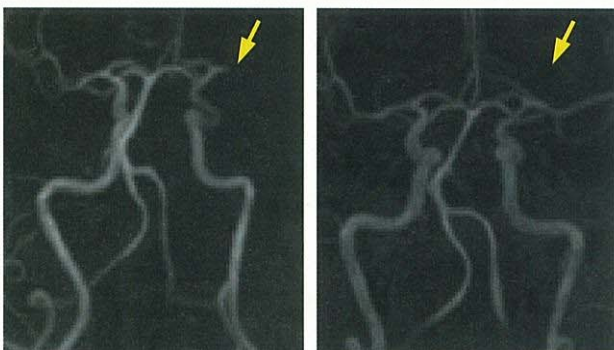
もし脳卒中をおこしたらう？

脳卒中の症状に気づいた時は、様子を見ようなどと考えず、ただちに救急車を呼んで、専門医のいる病院に搬送してもらうことが大切です。一過性脳虚血発作を経験した方、生活習慣病がある方、心房細動という不整脈がある方は、いざという時にどこの病院に行ったらよいのか、日頃からかかりつけ医に相談しておくことが重要です。

脳梗塞が起これると、数分後には脳細胞が壊死し始めます。そして時間がたてばたつほど障害が広がり、後遺症も大きくなります。したがって、後遺症を少しでも軽くするためには、一刻も早く病院で検査や治療を受けることが必要なのです。

最近では発症から3時間以内の脳梗塞にアルテプラゼという静脈注射薬で血栓溶解療法ができるようになり、劇的な効果がみられることがあります。たとえば、右半身麻痺でしゃべることができず救急車で搬送された患者さんが、この治療で話すことができるようになり、歩いて自宅に退院された例があります。脳梗塞治療はまさに時間との闘いなのです。佐賀県では現在、佐賀大学医学部附属病院、佐賀県立病院好生館など、いくつかの地域の基幹病院等で超急性期脳梗塞に対する血栓溶解療法が受けることができます。とにかく脳卒中症状に気づいたら、寝たきりにならないために一刻も早く専門病院を受診しましょう。

アルテプラゼによる血栓溶解療法



治療前 左中大脳動脈閉塞 治療後 再開通