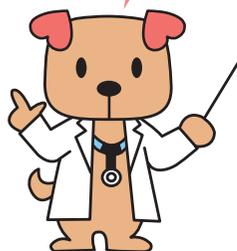




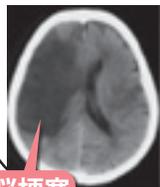
昨日まで第一線で活躍していた人が、突然、現場を退かなければならなくなるのがこの病気の恐ろしい点です。



脳梗塞とは？



元巨人軍監督や、サッカー日本代表の元監督が倒れた原因も脳梗塞だったんだピッ！

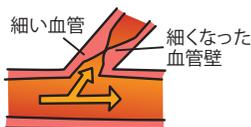


脳梗塞

脳梗塞の種類

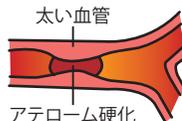
ラクナ梗塞

主に高血圧によって細い血管が詰まる脳梗塞
※ラクナは「小さなくぼみ」という意味



アテローム血栓性脳梗塞

動脈硬化(アテローム硬化)によって狭くなってしまった太い血管が詰まる脳梗塞



心原性脳塞栓症

心臓でできた大きな血栓(血のかたまり)がはがれて飛んで、太い血管を詰めておこる脳梗塞。

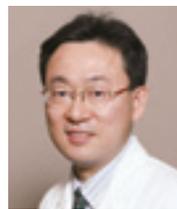
不整脈など、心臓に原因があって起こるタイプ。心臓の中で発生する血栓は大きく、太い動脈で詰まってしまうため、障害を受ける範囲が広くなり、重症例が多い。



脳梗塞治療は時間との勝負！
〜疑わしいと思ったら、すぐ119番！〜

■「脳卒中」と「脳梗塞」の意味
「脳卒中」は、脳の血管が破れたり(脳出血やくモ膜下出血等)、詰まったりして起こる脳の障害の総称です。
このうち、脳の血管が詰まって血流が止まり、酸素や栄養が届かなくなつて脳細胞が壊死してしまう病気が「脳梗塞」です。

脳梗塞は、要介護の原因となる疾患として、認知症を上回る第一位。治療法は進歩している一方、受診の遅れからせつかくの最新治療を受けられず、重い後遺症に苦しむ人が多いのが現状です。
万一の時、一刻も早く対処していただけよう、今号では脳梗塞を大特集。最新療法もご紹介します。



監修

東京歯科大学市川総合病院
神経内科教授 脳卒中センター長

野川 茂医師
のがわ しげる

脳卒中（脳梗塞、脳出血、クモ膜下出血）の症状

覚えておきたい5つの症状 ※脳卒中とは、脳梗塞を含む脳血管障害の総称です。

1. 片方の手足・顔半分の麻痺、しびれが起こる（手足のみ、顔のみの場合もあります）
2. ロレツが回らない、言葉が出ない、他人の言うことが理解できない
3. 力はあるのに立てない、歩けない、フラフラする
4. 片方の目が見えない、物が2つに見える、視野の半分が欠ける
5. 経験したことのない激しい頭痛がする（クモ膜下出血の場合）

前触れがあるとは限らないから油断大敵だピッ!



一つの症状が軽い前触れとして現れ、一度消えてから、脳卒中を発症することもあります。

FAST でテスト! 1つでも異常があれば脳卒中の可能性は72%!

Face 顔

歯を見せるようにして笑ってもらう
(片側だけの顔面麻痺が無いかな?)



正常

顔面が左右対称に動く



異常

片側が他側のように動かず、左右が非対称

Arm 腕

目をあけた状態で10秒間腕を上げさせる
(片側だけの腕の麻痺が無いかな?)



正常

両側とも同様に動き、水平を維持できる



異常

片側が上がらない、または水平を維持できない

Speech 話

話をさせる(言語障害が無いかな?)

正常

とどこおりなく正確に話せる

異常

不明瞭な発語、単語を間違える、あるいは全く話せない

Time 時間

一刻も早く救急車を呼んでください!

人体の司令塔である脳が障害を受けると、意識障害、半身麻痺、言語障害などの重い後遺症を引き起こし、命を落とすこともあります。

■進化する脳梗塞治療

脳梗塞治療は、ここ数年で画期的な進化を遂げています。

その一つが、t-PAという薬により、血管を詰まらせている血栓を溶かす血栓溶解療法です。非常に効果的に脳の血流を回復させ、後遺症を劇的なまでに軽減できるため、夢の新薬と呼ばれ話題となりました。

ただしt-PAは、脳梗塞発症後4.5時間以内でなければ投与できないなどの問題点もあります。

※t-PAによる血栓溶解療法については4ページで詳しくご紹介しています。

もう一つは、足の付け根から挿入したカテーテルを使い、脳の血管を詰まらせている血栓を直接取り除く「血管内治療」です。

しかし、こちらも時間的な限界があり、発症後8時間以内でなければ治療を行うことができません。

※血管内治療については6ページで詳しくご紹介しています。

メタボリックドミノ あなたは今、どこにいますか!?

脳梗塞は、生活習慣病の最後の疾患の一つ。生活習慣の乱れは、ドミノ倒しのように様々な病気へ連鎖し、脳梗塞などの重大な病気を引き起こします。この現象を「メタボリックドミノ」と呼びます。



- マクロアングリオパチー：大血管障害
- マイクロアングリオパチー：細小血管障害
- ASO→閉塞性動脈硬化症
- ED→勃起不全

伊藤 裕 日本臨床 2003 ; 61 : 1837より改変

脳卒中を防ぐには、日頃の生活習慣が肝心です

乱れた生活習慣の積み重ねが病気を引き起こす原因ともなります。ここでは主な推奨項目をあげますので、ぜひ心がけてください。

メタボリックドミノが総崩れとなり最悪の結末とならぬよう、生活改善を!



禁煙

タバコは、血圧上昇、動脈硬化などの原因となり、百害あって一利なし。ぜひ、禁煙にチャレンジしてください。



運動

適切な運動は、血糖値や血圧を下げます。1日30分~1時間、少し早めのウォーキングなどを行ってください。



食事

野菜を多めにバランスよく食べましょう。また、塩分の摂り過ぎにはくれぐれも注意。塩分の目安は、10g / 1日(高血圧の人は6g 以下)です。



救急隊員なら脳梗塞の最新治療を行える病院がどこにあるかを知っています。救急車を呼ぶことが、最適な治療を受けるための一番の早道です。



迷うことなく救急車を呼んでください。

■脳卒中のサインを見逃さない!
脳梗塞を含む脳卒中を発症し、いつもと様子が違っているのに、当の本人は大したことはないと思ってしまうことは少なくありません。そんな時のために、周囲の人が見極めるための目安となる「FAST (ファースト)」というテストがあります。
※2ページをご参照ください。
FASTで脳卒中の症状を発見したら、迷うことなく救急車を呼んでください。

いずれの治療も、威力を発揮するための決め手は、専門医を受診するまでのスピードです。
また脳梗塞は、乱れた生活習慣の積み重ねが原因の一つとなります。禁煙や運動、バランスの良い食事など、脳梗塞予防につながる生活習慣を、心がけてください。