



はじめに

脳卒中という病気を知っていますか？

脳卒中とは、脳を栄養する血管が詰まったり破れたりして、脳がダメージを受ける病気です。

日本人の死亡原因の第3位で、寝たきりになる原因の第1位を占める病気です。

自分や、自分の大切な家族が脳卒中で辛い思いをしないためには、脳卒中を予防すること、脳卒中が起こった場合に適切に対処することが大切です。

では、脳卒中で起こる症状を知っていますか？

大切な家族が、「言葉がうまくしゃべれない」ことに気づいたとき、あなたはどのように対処しますか？

「気のせいでしょ」と流してしまうのは絶対にいけません。なぜならそれは、脳卒中の前ぶれかもしれないからです。

脳卒中を疑った場合にあなたはどのように行動しますか？

しばらく様子を見ますか？病院に連れて行きますか？

このパンフレットは、脳卒中の予防法や脳卒中が起こった場合の対処法を紹介します。

大切な家族を脳卒中から守るのは、このパンフレットを手に取ったあなたです。

パンフレットを読んで脳卒中を「知っていること」だけで家族を救うことができるのです。

2. 血管が破れるタイプ

■ 脳出血

高血圧などの影響で脳内の細い動脈がもろくなり、脳の中に出血する。

■ くも膜下出血

脳の隙間を走る動脈のこぶ(動脈瘤)が破れて、脳とくも膜(脳を包んでいる膜)の隙間に出血する。バットで殴られたようなこれまで経験したことがない激しい頭痛を伴うことが多い。

どのタイプの脳卒中でも見た目の症状は似ていますし、起こったときの対処の仕方も共通しています。

適切な対処のために——

適切な対処のためには、脳卒中を疑うべき症状を知っていることが大切です。アメリカ心臓協会では、心臓発作(ハートアタック)をもじって、脳卒中を「ブレインアタック」と呼んでいます。「ブレインアタックキャンペーン」では、以下の5つの症状のうちどれか1つでもあればすぐに病院を受診するようにすすめています。ブレインアタックキャンペーンの標語は、「Time is Brain(脳)」。脳卒中は時間との戦いなのです。

TIME IS BRAIN!

脳卒中は時間との戦い

- 症状 1 顔、手足など身体の左右どちらか半分に、力が入らなくなる、突然しびれる症状が出たとき。
- 症状 2 急に片目が見えなくなったとき、特に起こりやすいのが、右目で見ても、左目で見ても、両目で見ても視野の半分が突然見えなくなる半盲です。
- 症状 3 突然、ろれつがまわらなくなる、言葉がもつれる、話せなくなる、人の言っていることが突然理解できなくなったとき。
- 症状 4 中年以降に、今まで経験したことのないような頭痛が起こったとき、くも膜下出血の可能性あり。
- 症状 5 めまい感、体の不安定、突然倒れるなどの症状が、前出の1~4の症状に伴って起こったとき。

どれか1つでもあてはまればすぐに病院へ!



脳卒中の基礎知識

脳卒中って何？

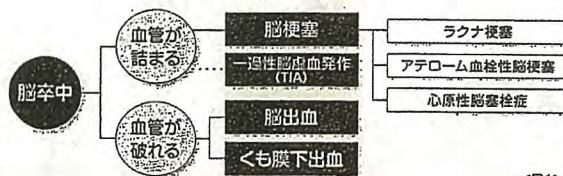
「脳卒中」「脳梗塞」「脳出血」「脳溢血」…脳に関するいろいろな病名を耳にしますが、それぞれの違いや原因を知っていますか？

「卒中」とは、「突然悪い風にあたって倒れる」という意味で、脳の血管が破れたり詰まったりして、脳に血液が行き届かなくなり、脳組織がダメージを受け症状をおこす病気を指します。

私たちの脳の重さは体重の2%程度に過ぎませんが、そこで利用される血液の量は、心臓から送られる血液の量の約40%にもなります。ですから、少しでも脳の血管に問題が起きると、他の臓器よりもダメージが大きいのです。

脳卒中の主な分類

脳卒中には、主に二つのタイプがあります。(※図1)



<図1>

1. 脳の血管が詰まるタイプ

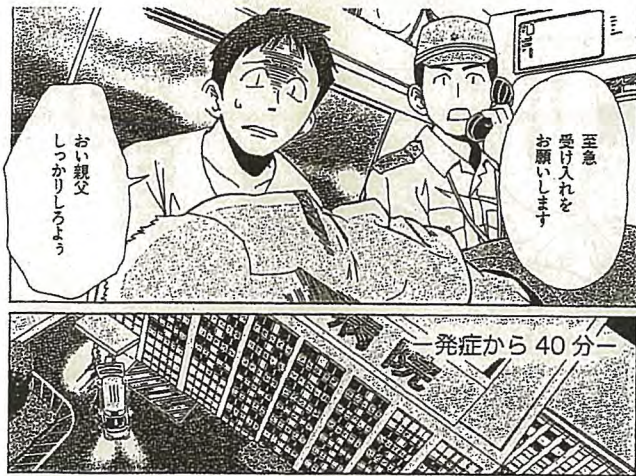
■ 脳梗塞(虚血性脳卒中)

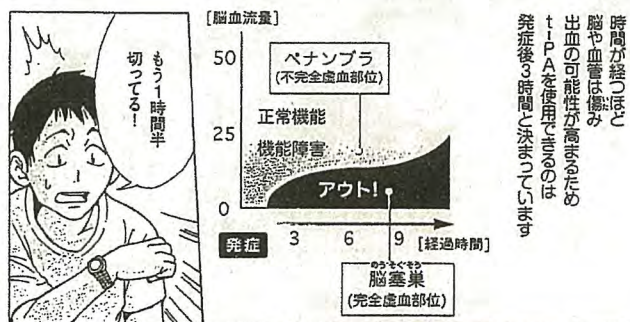
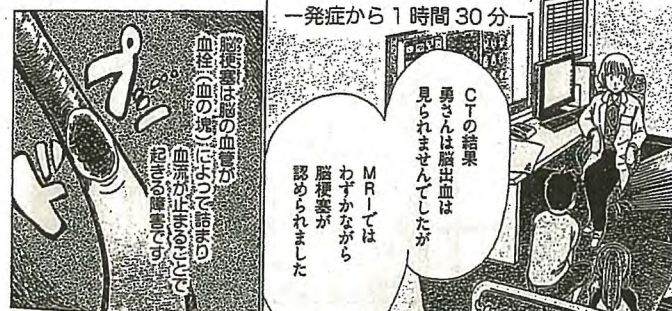
血管が詰まることで、その先の脳細胞に血液が行き届かなくなり、酸素や栄養分を送ることが出来ず、脳組織に障害が生じる病気のこと。

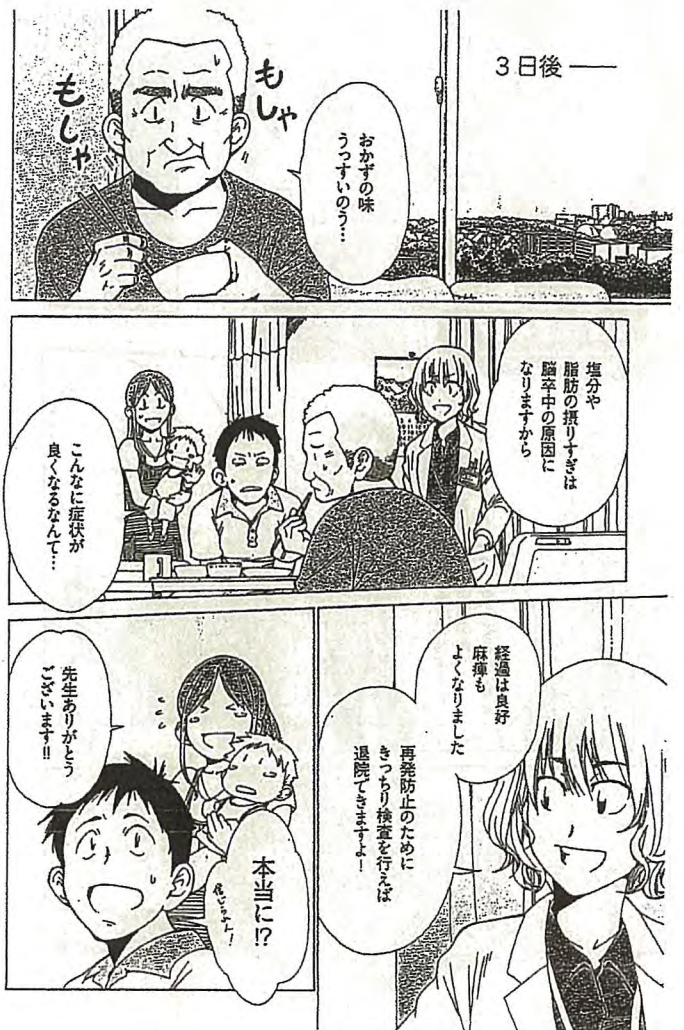
- ラクナ梗塞……主に高血圧が原因で穿通枝と呼ばれる細い血管が詰まる。
- アテローム血栓性脳梗塞……主に動脈硬化が原因で太い血管が詰まる。
- 心原性脳塞栓症……心臓で出来た血栓(血の塊)が脳に飛んで、脳の血管が詰まる。「心臓」が原因の脳梗塞。

■ 一過性脳虚血発作(TIA)

「前ぶれ発作」とも呼ばれる。脳梗塞と同じ症状で起こるが、24時間以内に症状が完全に治ってしまう病気。(P20以降で詳細に解説)







脳卒中の危険因子

家族をチェック！

脳卒中の四大危険因子

この4つは、脳卒中を引き起こす大きな危険因子です。

■ 高血圧

脳の血管に大きな負担となり動脈がもろくなり、詰まったり破れたりしやすくなります。

■ 糖尿病

動脈硬化の原因となり、脳梗塞の危険性が高くなります。

■ 不整脈（心房細動）

心臓の中に血栓ができて、脳梗塞の危険性が高くなります。

■ 喫煙

百害あって一利なし。自分だけでなく周りの人まで害を与えます。



その他にも、男性、高齢者、肥満、過度の飲酒、運動不足、高脂血症（コレステロールが高い）が脳卒中の危険因子としてあげられます。

Check!!

あなたの家族には、脳卒中になりやすい生活習慣がありませんか？
簡単なリストでチェックしてみましょう！

【生活習慣の危険度チェック】

- ☐ 塩分が多い食べ物（漬物、しょうゆ）が好きだ。
- ☐ 糖尿病予備軍と言われたことがある。
- ☐ 肉を好んで食べる。
- ☐ いつもお酒を大量に飲む。
- ☐ タバコを吸っている。
- ☐ メタボリック・シンドロームと言われたことがある。
- ☐ 定期的な運動をしていない。
- ☐ 不整脈（心房細動）と言われたことがある。

危険因子が多ければ多いほど、脳卒中の危険性が増します。
生活習慣の改善は一人で取り組むのは難しく、家族が協力することが大切です。
家族の協力が、家族の命を救います。

t-PA治療のこと

マンガでは、t-PAという薬が大きく功を奏し、患者さんは一命を取り留めることができました。大きな後遺症を残さず退院できたのです。

では、この「t-PA」とはどんな薬なのでしょう？

この薬でどのような治療が可能なのでしょう？

t-PAってどんな薬？

t-PAは「アルテプラゼ」という、血栓＝血の塊を溶かす薬（血栓溶解薬）です。

脳梗塞の原因は、多かれ少なかれ血栓（血の塊）が原因です。ケガをすると血が出ますが、しばらくすると固まります（＝血栓ができる）。このように、血栓ができるのはもともと人間が持っている、出血を止めるメカニズムなのです。t-PAは、脳の血管や心臓などでできてしまった血栓を溶かす薬で、脳への血液の流れ（脳血流）を早く回復させ、脳を障害から救います。

この薬が使えるようになり、後遺症が軽くなり身の回りのことを自分でできる脳梗塞の患者さんが増えた一方で、t-PAの使用には大きな危険性もあります。最大の合併症は出血です。特に、頭の中に出血して症状が悪くなる頻度は、使用しない場合の3～10倍といわれています。

t-PAは大きな効果が期待できる一方、頭蓋内出血という危険性も併せ持つ「諸刃の刃」であり、慎重に使わなければならない薬なのです。

t-PA治療の条件

t-PAは非常に治療効果の高い薬ですが、脳梗塞をおこした全ての人に使えるわけではありません。使用にはさまざまな条件を満たす必要があります。

細かな条件はいくつもありますが、大前提は3時間以内に治療が開始されなければいけません。また、早ければ早いほど治療効果が高いと言われています。t-PA治療が可能な病院も増えてきました。「いざ!」というときに、t-PA治療が必要になるかもしれません。万一の場合にどのように行動するか、身近な人たちと確認しておくことがたいへん重要です。

大前提となる条件

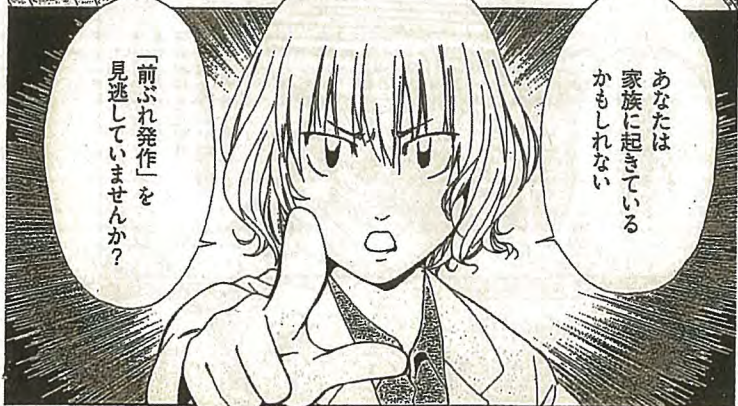
1. 発症から3時間以内

※病院での診断時間も考慮すると、発症から2時間以内に受診しなければならない。

2. t-PA治療ができる病院を受診すること



加藤 茂さん (70)



「一過性脳虚血発作：TIA」
—— おかしい!?と思ったら迷わず病院へ！

