

健康

まめに承らえましょや!

“おなご先生”の独り言in診察室

90

りびえーるの読者の皆さん、まめにしておられますか。寒い日が続いとーますが、風邪などひかんようにしてくださいね。さて、今回は急に倒れて意識がなくなったり、半身にマヒが起きたり、ろれつが回らなくなったりする脳卒中についてお話ししましょう。

◇ ◇ ◇
脳卒中は脳の血管が詰まったり、破れたりすることによって脳を養っている血液の流れに異常をきたし、脳の働きが阻害される脳血管障害です。がん、心臓病に次いで日本人の死亡原因の第3位となっています。脳卒中は、梗塞(血管が

詰まること)と出血に分けられます。脳卒中死亡の60%以上を占める梗塞は脳血栓や脳塞栓などに分けられ、出血は部位別に脳出血とくも膜下出血に分類されます。**【脳血栓】**動脈硬化などで狭小化した脳動脈に少しずつ血栓ができ、その結果として起こる脳梗塞。糖尿病、高脂血症の人に多く見受けられますが、何よりも血圧が高い人が危険です。急激な血圧低

“用心しましょや脳卒中”の巻

下や感染性腸炎などで下痢をして脱水症状を引き起こし血液が粘度を増したとき、夏場に汗をかいて脱水のと

きなどに生じやすく60歳以上の方に多いです。**【脳塞栓】**主に心臓にできた血栓が流れてきて、脳動脈を突然詰まらせるもの。心疾患(心房細動といった不整脈)の人に多く、過労や飲酒がきっかけとなり、年齢を問わず生じており、若年者層にも多いといわれています。

より朝夕に、季節的には冬に多くなります。引き金となるのは飲酒や過労、精神的な緊張、興奮、食事のほか、熱めのお湯に入ったときなど血液の急激な上昇によって起こりやすくなります。脳卒中死亡の約25%を占めています。

腫瘍の発生により脳圧が上昇し、頭痛、嘔吐が生じます。また腫瘍ができた部位によって症状はさまざまですが、言語障害や視力障害なども生じることが考えられます。



【脳出血】脳の中の血管が破れて出血をするもの。一番の原因は高血圧で、ほかには加齢や栄養不足によって脳内血管が脆弱(ぜいじやく)化し、破裂して起こります。40歳以上、特に60歳以上に多く、時間帯は夜間

時間が経つと、血圧は最高血圧135mmHg、最低血圧85mmHgを超えないようにコントロールすべきとされています。②入浴時、熱めのお湯を避ける③飲酒は控えめに④ストレスを上手に発散する—を心掛けましょう。長生きするため、気を付けましょや。

(いんべ杉谷内科小児科医 院長・杉谷美代子 Ⅱ 松江市東志部町)