

医師に聞く専門性の高い医療

6月～8月は脳梗塞に要注意！ 「水分補給と禁煙・節酒 ・持病の治療が重要です」



副院長 富永 二郎 先生(月～木担当)のお話
脳神経外科

「脳卒中は冬に多い」とよく言われます。確かに、脳卒中のうち「脳出血」と「クモ膜下出血」は、寒い冬に多い病気です。これは、気温が下がり寒くなると、身体の熱を放散しないように体表の血管が収縮し、血圧が上昇します。そのため脳血管が破けやすくなると言われています。

しかし一方で「脳梗塞」は6月から8月にも多く、まさにこれからの季節に一番注意が必要です。これには様々な理由があります。大きな要因として、気温、湿度が上昇する夏は発汗が多く、血液がネバネバして流れが悪くなり、脳血管が詰まって脳梗塞となります。よく夏場に水分をしっかりととりましょうと言われるのは、脳梗塞や熱中症などを予防するためです。あまりに冷たいものや大量の水分は、せつかく飲んでも排泄されるばかりか、かえってお腹をこわして、反対に脱水をひき起こすこともあります。水分は、喉が乾いたらこまめにとるようにしましょう。また、夏場は日差しの強いところでの長時間の作業は避け、休息をとったり、日中の外出時や就寝前起床時(人は寝ているときにたくさん汗をかきます)、入浴前後などにも水分を意識的にとっておくことをお勧めします。

脳卒中

- 脳梗塞・・・脳の血管が詰まる。
- 脳出血・・・脳の血管が破れる。
- クモ膜下出血・・・脳を覆う膜の間にある動脈瘤が破れる。
- 一過性脳虚血発作・・・脳の血管が詰まるが、24時間以内に回復するもの。脳梗塞の前触れ。

夏の脳梗塞を予防しよう！

脳梗塞が最も多発する危険な季節へ向けて、予防意識を高めてもらおうと、日本脳卒中協会では、毎年5月25日～31日を「脳卒中週間」と定め、啓発活動を行なっています。

こまめな水分補給を！

特に、日中の外出時や就寝前、起床時、入浴前後には忘れずに。



手足のマヒやしびれに注意

手足のマヒ・しびれなどの症状は脳梗塞の前兆かもしれません。すぐにおさまっても安心せず、念のため医師に相談を。



脳梗塞の危険因子としては、「高血圧」

「高脂血症」 「糖尿

病」 「喫煙」 「大量飲酒

」 「心疾患」 「不整脈

」等があります。心当た

りのある方は、かかり

つけの先生とこれらの

治療にしっかりと取り

組むことが、予防とし

て非常に重要です。

通常の脳梗塞の場合、

「手足のマヒやしびれ」

「顔がゆがむ」 「言葉

が出にくい」 「急に眼

が見えなくなる」など

の症状が、急に出現し

ます。これらの症状が

数分から数十分で一過

性で終わるため、病院

を受診されない方がい

ます。これらの症状は

脳梗塞の前兆とも言わ

れ、「一過性脳虚血発

作」といいます。放っ

ておくと3カ月以内に

20%近くの方が脳梗塞

を起こし、起こす方の

半数は症状の出現後48

時間以内に起こすと言

われています。またこ

の前兆があった方の3

人に1人が、いずれ脳

梗塞を起こすと言われ

ていますので、十分な

注意が必要です。「ち

よつと変だな」と思っ

たら、症状が改善して

も安心せず、早めに医

師の診察を受けられる

ことをお勧めします。

*富永二郎 / 1991

年東海大学医学部卒。

医学博士。日本脳神経

外科専門医。日本脳卒

中学会専門医。

取材協力

医療法人 財団報徳会
西湘病院

院長 原 俊介
小田原市扇町1-16-35
0465-35-5773
<http://www.seishou.or.jp>