

# 脳梗塞について

脳卒中には、「脳梗塞」、「脳出血」、「くも膜下出血」の3つがあります。室内外の温度差や脱水が著しい暑い季節、脳梗塞は起こりやすくなる病気です。



「脳卒中」といわれる疾患は、脳の急激な血液循環障害による症状で、急に意識を失って倒れ、手足の随意運動が不能となります。

近年、脳卒中中の罹患率は減少傾向が続いています。それは、主に脳出血を引き起こしていた高血圧症が全体的に改善され、脳出血が大幅に減少してきたためとされています。

ところが、脳卒中全体の減少傾向に反して増え続けているのが「脳梗塞」で、その割合は、脳卒中全体の約70%を占めるほどです。

こうした傾向は、高齢化が進んだことや、糖尿病、高脂血症などの生活習慣病患者の増加が原因と考えられています。今後、高齢者の人口がますます増えるにつれ、さらに増加傾向をたどることが予想されています。

## 危険性は夏も高い

脳梗塞を含む脳卒中は、比較的冬に起こりやすいとされてきました。これは、高血圧症による脳出血が、寒い季節に発症率が高かったためです。しかし脳梗塞は、脳の血管が詰まり、血流が途絶える病気です。血管が詰まる原因の一つは水分不足で

す。大量に汗をかき夏場は、体内の水分が不足する状況が、冬場より多いといえるでしょう。そのため、夏は脳梗塞の発作を起こしやすい季節なのです。

高齢者はもちろん、現在生活習慣病の治療を受けている方、また動脈硬化の危険因子を持っている方は、次の注意点を心得ておきましょう。

### 脳梗塞を防ぐ習慣

- 屋外・屋内を問わず、スポーツや肉体労働をする時は、水分補給をこまめにする。
- 入浴時の前後と就寝前、起床時は、コップ1杯の水をとる。
- 寝つきがよくなる環境を工夫するなどして質の良い睡眠を十分とる。
- 食事の脂肪分、塩分は控えめにする。
- 冬場と同じように屋外と屋内の気温差を小さくする。

## 脳梗塞は3タイプ

脳梗塞には、次の3タイプがあります。

### ●ラクナ梗塞

脳の細い血管が詰まるタイプ。血管は、高血圧などによって血管壁に圧力がかかけられ続けると、血管壁が厚くなります。もともと細い血管の

内腔はさらに狭くなり、最終的に血流が止められます。比較的軽微な症状は軽く、以前よりも発症率は低くなっています。

### ●アテローム血栓性脳梗塞

脳の太い血管が詰まるタイプ。血液の中の余分なコレステロールなどが血管壁に入り込み、アテロームという塊となって血管内腔を狭くします。やがてアテロームが破裂すると、そこに血小板が集まって血栓ができ、血管が詰まります。増加傾向にある脳梗塞のタイプです。

### ●心原性脳塞栓症

心臓にできた血栓が血流に乗って、脳の血管に運ばれて詰まるタイプ。心臓病(主に心房細動)を持っていると、心臓内に血栓ができやすくなります。こうした血栓は大きくなっていくため、脳の太い血管を詰まらせます。ほかの2タイプと比較すると、活動時に起こりやすく、突然大きな発作を起こす重篤な症状が多いです。

## 脳梗塞の発作を 起こしてしまったら

脳梗塞の発作が起きてしまった時

は一刻も早く医療機関で治療を受けることが重要です。周囲の人は慌てず、すぐに救急車を呼び、衣服を緩め、できれば横向けにして安静に寝かせてください。発作が起きてから治療を施すまでの時間が、脳細胞の壊死を最小限に抑え、後遺症を軽減できるかどうかを左右します。

脳梗塞の治療は、薬物療法が中心となります。特に「急性期」といわれる、発作が起きてから1〜2週間までは、血栓を溶解する薬の注入などで、途絶えた血流の再開が急がれます。また、血流を促すものだけでなく、壊死しかけている脳細胞保護の薬物投与なども行われます。

「慢性期(発症から3週間以降)」になると、再発予防のための薬物治療とリハビリが並行して行われます。多くは血栓が作られにくくなる薬物療法が施されませんが、脳梗塞の後でうつ症状が現れるケースもあるため、程度によっては抗うつ薬も有効になります。

そのほか、梗塞を起こ

した血管を取り除いたり、脳へ血液を送る血管を作るなどの、外科手術が有効な場合もあります。

## 脳梗塞は治せる、防げる

脳梗塞の発作後は、なんらかの形で後遺症が残るため、リハビリによる機能回復が、治療の一つとして欠かせません。急性期のうちから、ベッドの上で少しずつ始めることもあります。具体的には、障害が起きた機能に応じて、歩いたり字を書いたりする運動機能の訓練、言語障害などがある時は言葉の訓練、嚥下障害があれば軟らかいものから飲み込む訓練などが行われます。これらを、自宅療養中も続けることで、可能な限り機能障害を回復させるのです。また、こ

うした訓練の継続で、加齢による身体機能の低下を遅らせることにもつながります。

脳梗塞は、薬物療法できちんと治せると同時に、生活習慣によって発症を防ぐこともできる病気です。ただし一度脳梗塞を起こした方は、再発しやすいため、喫煙、大量飲酒などの習慣はすぐに改めてください。特に心臓病を抱える方は、大きな脳梗塞を起こす可能性が高いので、治療とともに生活習慣の改善が必須です。

危険因子持つ方にも同様のことがいえます。現在処方されている薬があれば指示通りに飲み、脳梗塞を防ぐ習慣をつけましょう。

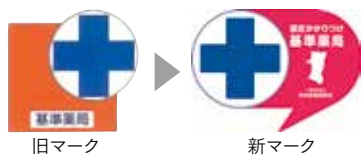
(西目調剤薬局 須田泰彰)

## あなたは大丈夫？ 脳梗塞セルフチェック表

こんな人は  
要注意!

- 糖尿病を患っている。
- 心臓病を患っている。
- 高血圧症、高脂血症を医師から指摘されている。
- 上記3つのいずれかの該当者が家族にいる。
- 喫煙している。
- 大量の飲酒が習慣。
- 家族や親族に脳梗塞の病歴がある。
- 60歳以上である。

地域の皆様のために新しく作られた  
「認定かかりつけ基準薬局」です



処方せんの有効期限は処方日を含めて4日間です

秋田県薬剤師会  
秋田市千秋久保田町6-6 TEL.018-833-2334  
E-mail info@akiyaku.or.jp  
http://www.akiyaku.or.jp