

脳卒中週間 2020/5/25～31

当院テーマ：当院年代別脳疾患の傾向と予防について

まく か しゅっけつ くも膜下出血



原因

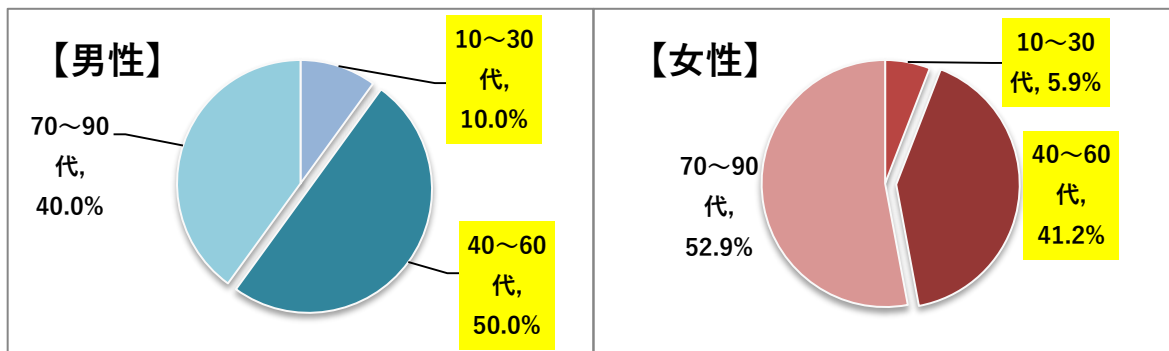
脳動脈分岐部にできたコブ（脳動脈瘤）が破裂することにより発症することがほとんどです。

症状

突然、今まで経験したことのないような強い頭痛や嘔吐などが起こります。3分の1の方が亡くなる恐ろしい病気です。

当院データから
(2015年～2019年)

当院のデータによると、男女ともに40～60代の働き盛り世代の発症が多くみられることが特徴で、若い人にもみられる疾患です。



予防

脳ドックで破裂する前の動脈瘤を発見し、手術することで破裂を防ぎます。（小さな脳動脈瘤の場合、定期的に経過観察をすることがあります。）

脳ドックのご案内

脳ドック学会認定施設として、ご利用者様のニーズに合わせた様々なコースをご用意しております。お気軽にお問い合わせください。



専門医からの説明

しゅっけつ 脳出血

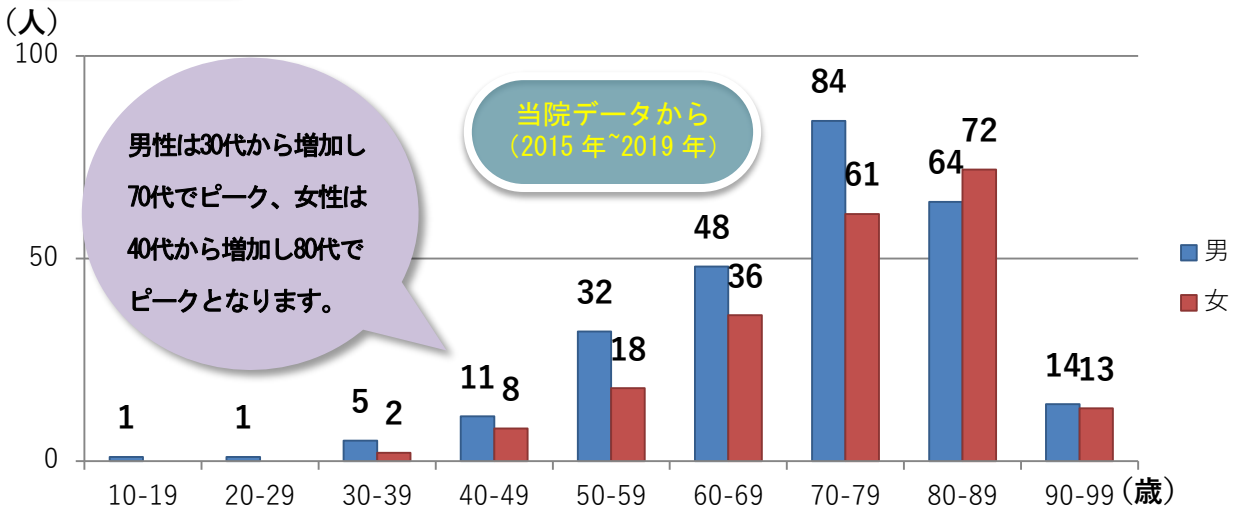


原因

脳の中の細い血管が、高血圧や動脈硬化により脆くなり破れて出血します。

症状

片方の顔面や手足のマヒ、うまくしゃべれない、物が二重に見える、頭痛などの症状が現れます。



予防

高血圧(家庭血圧 135/85mmHg 以上)を予防しましょう。また、動脈硬化により血管が脆くなるのを防ぐため、以下の生活習慣を実践しましょう

①適度な運動を習慣にしましょう。

・ 1日30分以上、息がはずむ程度の速さで歩く、又は10分の運動を1日3回行う。

②食べ過ぎに注意し、栄養バランスのとれた食事を1日3回とりましょう。

- ・ 野菜は、1日350g(両手山盛り一杯)以上を目標に。
- ・ 牛乳、乳製品は130g以上を、又、塩分や脂肪は、控えめにしましょう。
- ・ 高血圧の方の飲酒は脳出血の危険を高めます。連日、大量の飲酒は×です。

③禁煙しましょう。

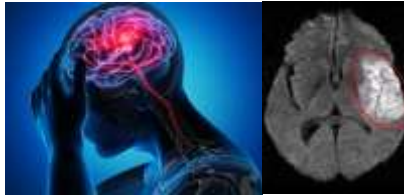
・ 喫煙は血液を濃くし、血圧も上昇して動脈硬化が進みます。



脳卒中週間 2020/5/25～31

当院テーマ：当院年代別脳疾患の傾向と予防について

のうこうそく 脳梗塞



血栓症:動脈硬化などにより血管が狭くなりその場で詰まる
塞栓症:不整脈などにより心臓から飛んできた血栓が詰まる

原因

脳を栄養している血管が詰まり、酸素や栄養が届かないことで脳の細胞が死んでしまう病気です。

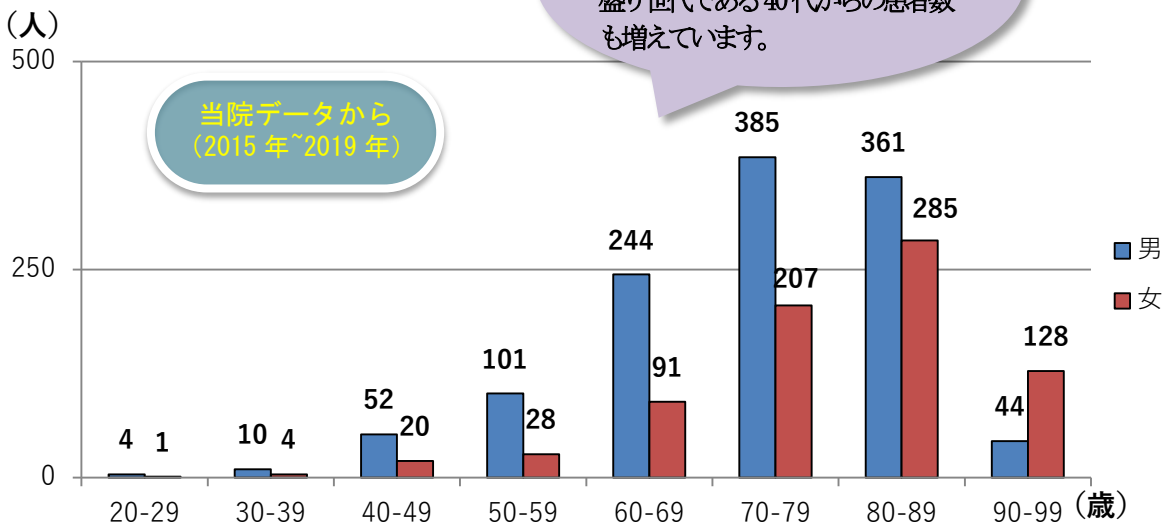
症状

代表的なものとして片方の顔面や手足の麻痺・うまくしゃべれない・物が二重に見えるなどの症状が現れます。



このような症状が現れたら **4時間半以内**であれば一定の条件で使用できるt-PA という強力な薬剤があるので、**すぐ受診**しましょう。(当院は実施許可施設です)

脳梗塞の患者数は当院で最多です。男性に多い傾向にあり、働き盛り世代である40代からの患者数も増えています。



予防

脳血栓の一番の原因は動脈硬化です。これは生活習慣病 (高血圧、糖尿病、高脂血症) や喫煙により進行します。適切な食事や体重の維持、禁煙に勤めましょう。

これからの季節、脱水による脳梗塞も多くなるため水分補給にも注意しましょう。