



# ノリタケ新聞



VOL. 59  
08 年月  
03

## 脳卒中とはどのような病気のこと？

脳卒中とは脳の血管が詰まったり破れたりして急に症状の起こる病気の総称です。この中には 脳梗塞・脳出血・クモ膜下出血・一過性脳虚血発作の4つの病気があります。以前は日本人の死亡の最大の原因でしたが最近では高血圧の管理などが改善して減少傾向にあります。それでもまだ死因の3位で、高齢社会ではきわめて重要な病気であることに変わりはありません。また脳卒中の若年発症が大きな問題となりつつあります。

今月の特集

脳卒中の知識

その1

脳梗塞

### 脳梗塞の2つの原因

脳梗塞とは脳の動脈が詰まり血液が流れなくなって脳細胞が死んでしまう状態の事を指しています。この原因には大きく分けて2つあります。ひとつは脳血栓で、動脈硬化が進んで血管の内腔が徐々に狭くなって最終的に詰まってしまうことによって発症します。もうひとつは脳塞栓といわれるもので心臓病（心房細動や心筋梗塞など）が原因で心臓内に血栓（血液のかたまり）ができて、それが脳の動脈内に流れ込んで血管を閉塞して詰まらせてしまうものです。

### 脳梗塞の症状・症状のない脳梗塞

脳梗塞の症状としては片側の軽度の障害（手足の脱力や痺れ）が最も多くみられます。ろれつが回りにくいといった症状で発症する場合がありますが、頭痛はみられないことが一般的です。場合によってはこれらの症状が数分から長くても1日以内に消えてしまうことがあり、これを一過性脳虚血発作と呼んでいます。このような病状は脳梗塞の前触れとして重要なサインと考えられているので、症状が消えても安心せず主治医と連絡をとるようにしましょう。（休診の時間帯では則武の携帯電話 090-1125-4832 まで）また脳梗塞を起こしていても症状が出ない脳梗塞もMRIの普及によって診断されるようになってきました。このような無症候性脳梗塞は65歳以上の高齢者では30%の方にみられ、加齢とともに増加して症状を伴う脳梗塞や認知症やうつ病の基礎疾患として重要視されるようになってきています。糖尿病などの動脈硬化の危険因子を持っている方は定期的に脳のMRIなどの検査をお受けになることをお勧めします。

### 脳梗塞の予防と治療

脳梗塞の予防は、動脈硬化の予防をきちんと行うということに尽きます。高血圧・高脂血症（コレステロールなど）・高血糖が脳梗塞の発症と関連していることが多くの研究で裏付けられています。九州大学の久山町研究においても糖尿病の人はそうでない人より脳梗塞に1.9倍なりやすいとされています。治療に関しては最近血管に詰まっている血栓を溶かす薬（tPA）が開発され発症3時間以内に治療すると劇的な治療効果が見られる場合があります。副作用もあるのですべての人に行えるとはかぎりませんが、脳梗塞が疑われる場合にはすぐに救急車で脳卒中専門医がいる救急病院へ急ぎましょう。

## 院内行事と健康などに関するニュース

### ダイアレディース会のお知らせ

糖尿病をお持ちの女性同士で楽しく料理を作ったり、お互いの情報交換の時間を持つことを目的にしています。肩の凝らないお話と糖尿病向きの料理のコツを患者さん同士でどうぞ。今後の予定は下記を参照ください。

- 3月26日（水）お茶会 場所：当院セミナー室
- 4月24日（木）調理実習と会食 会費：調理実習800円・お茶会200円
- 5月16日（金）お茶会 時間を添えて受付にお申し込みください
- 6月19日（木）調理実習と会食 時間：調理実習10:00～12:30
- お茶会13:00～14:30

### 肥満は癌のリスクとも直結しているらしい

約30万人の大規模な調査から体重超過または肥満の人は癌を発症する危険が高いと報告されました。（2008.2月「Lancet」）太っていると食道癌（男女）胆のう癌（女）、子宮内膜癌になりやすいとされています。それ以外にも大腸癌（男）、白血病（男女）、閉経後乳癌（女）とも関連が見られたとのこと。肥満が糖尿病や心臓病と密接な関連を有していることはすでに明らかになっておりご存知かと思いますが、ガンとの関連もはっきりすれば世の中の人も少しやせようと思うかもしれませんね。



### 休診のお知らせ

ご迷惑をおかけしますが  
3/28(金)～4/2(水)  
と4/30(水)  
は休診とさせていただきます  
ご了承ください

3月

S	M	T	W	T	F	S
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30	31					

1 午後休診

4月

S	M	T	W	T	F	S
		1	2	3	4	5
6	7	8	9	10	11	12
13	14	15	16	17	18	19
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30			

少しずつ春めいてきましたね。春の風に誘われて外に出て運動されている方も多いかと思ひます。桜が咲いたら、お花見に行きたいと思ひていましたが、今年は3月の下旬からアメリカに用事で行くので私は桜が見られないかもしれません。

