

クリニックレポート



今月の話題: 脳卒中

脳卒中は、脳の血管が詰まったり（脳梗塞）、破れたりして起こる（脳出血、くも膜下出血）病気です。症状は様々ですが、「突然起こる」ことが特徴です。早く治療を受けることで後遺症が軽くなる可能性があります。

～脳卒中の警告サインを覚える合言葉「F・A・S・T」～

Face（フェイス）：顔の麻痺（顔の片側が下がったり、ゆがむ）

Arm（アーム）：腕の麻痺（片腕に力が入らず、だらりと下がる）

Speech（スピーチ）：言葉が出ない、ろれつが回らない

Time（タイム）：発症時刻を確認して、一刻も早く119番を

他にも様々な症状があります。

- ・片方の手足の麻痺、しびれが起こる
- ・力はあるのに立てない、歩けない、フラフラする
- ・片方の目が見えない、物が二つに見える、視野の半分がかける
- ・経験したことのない頭痛

前ぶれ発作が見られる場合があります。脳の血管が一時的につまり症状が現れますが、数分で消失することもあります。「気のせい」と見過ごさずに、脳卒中が起きる前に治療を受けると、脳卒中を予防することができます。



～脳卒中予防十か条～（日本脳卒中協会）

- | | |
|-----------------------|----------------------|
| ① 手始めに 高血圧から 治しましょう | ⑥ 高すぎる コレステロールも 見逃すな |
| ② 糖尿病 放っておいたら 悔い残る | ⑦ お食事の 塩分・脂肪 控えめに |
| ③ 不整脈 見つかれば すぐ受診 | ⑧ 体力に 合った運動 続けよう |
| ④ 予防には たばこを止める 意志を持って | ⑨ 万病の 引き金になる 太りすぎ |
| ⑤ アルコール 控えめは薬 過ぎれば毒 | ⑩ 脳卒中 起きたらすぐに 病院へ |