



だん だにし
産業医 田名 毅
(首里城下町クリニック)

脳梗塞を予防しましょう

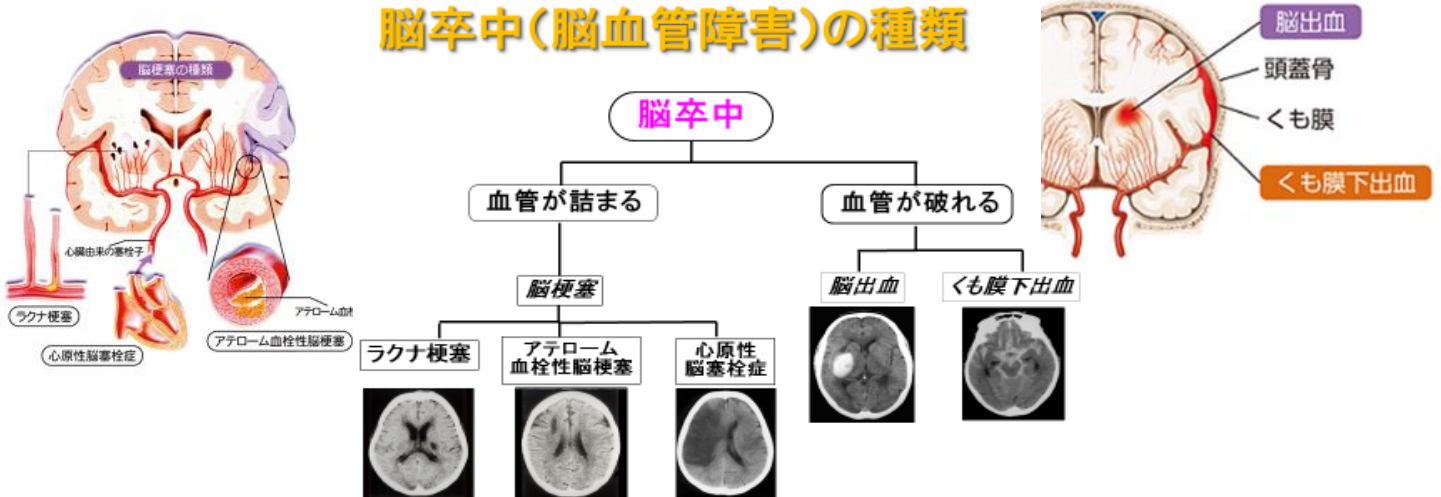
～まずは頸動脈エコー検査～

産業医だよりでは、毎月クリニックで行っている地域むけの医療講演会の内容を要約してお伝えしています。

2月の地域むけ医療講演会は「脳梗塞を予防しましょう～まずは頸動脈エコー検査～」というタイトルで県立南部医療センター・こども医療センター 脳神経外科 竹下朝規先生にご講演いただきました。100名を超えるたくさんの方々にご来場いただきました。ここではご講演の要約をご紹介します。

1. 脳卒中の種類

脳卒中(脳血管障害)の種類

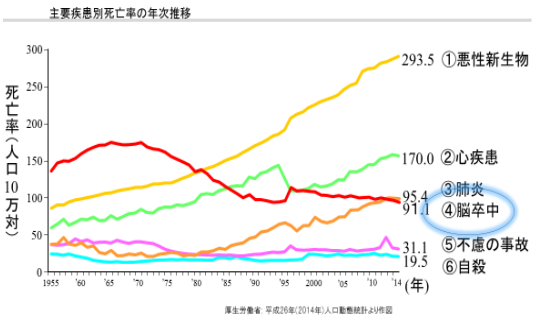


熊本市民病院 HPより

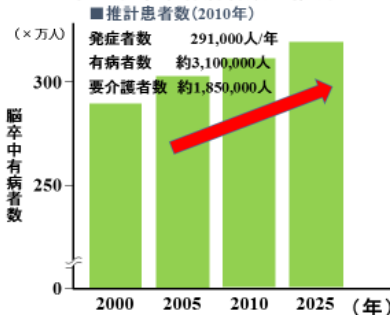
2. 脳卒中の死亡率

脳卒中の死亡率は低下している一方で、患者さんは増え続けています。特に注意が必要な理由は介護が必要となる原因の第一位ということです。

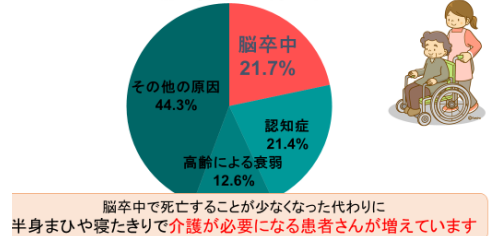
脳卒中は日本人の死因の第4位



日本の脳卒中有病者数の推測



介護が必要となる原因 (平成25年) 脳卒中が第1位



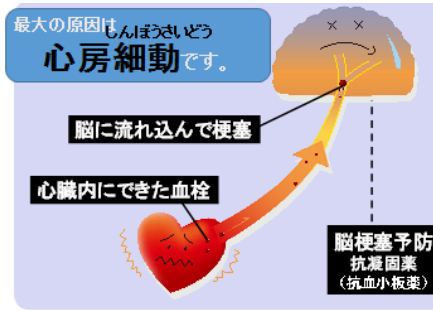
脳卒中で死亡することが少なくなった代わりに
半身まひや寝たきりで介護が必要になる患者さんが増えています

3. 「脳卒中予防十か条」…脳卒中予防協会提唱

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

特に重要なのは①と③です。

不整脈の中でも心房細動は心臓の中に血栓を作り大きな脳梗塞を起こします。心房細動は発見されたら脳梗塞を予防するいい薬がありますのでご自身でも脈を測る習慣をつけましょう。



触診時間 15秒程度脈拍に触れて、脈の節間が規則的かどうか確かめる不規則に感じたら、さらに1〜2分程度触診を継続

4. 頸動脈エコー検査

頸動脈硬化はその程度によって治療方針が異なります。

頸動脈(首の動脈)を

ちようおんば
超音波(エコー)で

調べる検査です



- ✓ 簡単に全身の動脈硬化の程度が診断できます。
- ✓ 脳梗塞を起こす危険性を予測できます。

頸動脈の壁が厚くなると
心臓や血管の病気の発生が高まります。



高血圧、糖尿病、高コレステロール血症を
より厳格に治療する必要がでてきます。

当院でも頸動脈エコー検査をしています。血管の断面積の70%未満は薬物治療がメインになります。特に悪玉コレステロールを下げるのが重要になります。一方70%以上狭窄の場合は外科治療が必要になる場合があります。

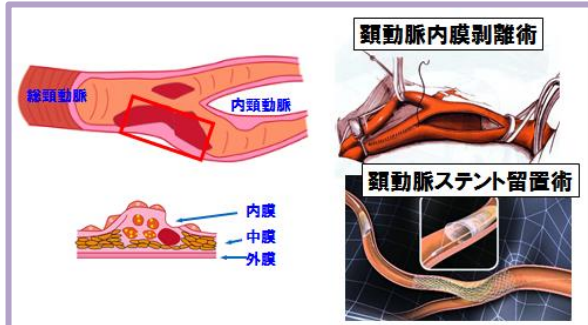
軽度〜中等度狭窄 (狭窄率〜69%)

● 薬物治療 (抗血栓剤、コレステロール治療薬)

高度狭窄 (狭窄率70%〜)

● 外科治療 (内膜剥離術、頸動脈ステント留置術)

講演会では竹下先生が内膜剥離手術を施行するビデオを見せました。血管内のプラークが厚い油の塊のように取れる様子は圧巻でした。またステント治療の様子を描いたアニメーションも分かりやすかったです。



5. 脳梗塞の最新治療

発症から
4.5時間以内



t-PA静注療法
血栓を溶かす治療

再開通がなければ...

脳血栓回収療法
血栓を取り除くカテーテル治療



現在の救急外来では脳梗塞が発症して4.5時間以内なら、t-PAという薬を注射することによって血栓を溶解する治療を行っています。それでも開通しない時は、血栓のある場所までカテーテルを入れ、根こそぎ回収する治療があり県内でも行っている医療機関があります。竹下先生が関わって、幸い麻痺しかけた手の麻痺がこの治療で顕著に改善した症例が紹介されました。この治療も時間との闘いです。脳梗塞になったかなと思ったら一刻も早く救急車を呼ぶことが重要です。

アメリカではFAST(突然起こった顔のゆがみ、左右どちらか一方の手の脱力、しゃべり難さがあれば、迷わず救急車を呼ぶ)という取り組みです。

日本でも同じような取り組みが普及することを願っています。





175回 首里城下町クリニック地域むけ医療講演会

テーマ 肥満と糖尿病を手術で治療できるって本当？

～沖縄と世界の現状をふまえて～

医療法人 おもと会 大浜第一病院

外科部長 稲嶺 進 先生

日時：平成30年3月14日（水）午後7時

場所：首里城下町クリニック第一

その他クリニックに関してはHPをご覧ください <http://www.shuri-jc.jp>

首里城下町クリニック『働く人健康支援室』は、



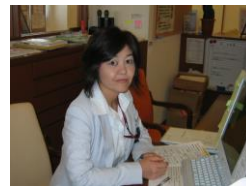
産業医・内科医
高血圧が専門です
田名 毅

あなたの **相談窓口** です！

相談窓口

産業医は、あなたの職場とそこで働く人々の心とからだの健康を支援します。

- ★訪問日を設けている事業所の職員は、お気軽に訪問日をご活用下さい。
- ★クリニック内の『働く人健康支援室』では健康相談を行っています。
事前にお電話の上、いらしてください。
- ★クリニック内で産業医との面談は診療の合間となりますが可能です。
事前にお電話くださり働く人健康支援室で“産業医との面談”とお声掛けください。診察や検査の必要がない限りは無料です。
- ★その他、電話やメール相談も随時行っています。



保健師・産業カウンセラー
キャリアカウンセラー
認定産業看護師 田名彩子



保健師・産業カウンセラー
キャリアカウンセラー
與儀雅代



看護師・衛生管理者
糖尿病療養指導士 新垣朋子



認定産業看護師
山城愛子



連絡先

首里城下町クリニック 働く人健康支援室
098-885-5000
携帯 080-4312-9200 (田名彩子)
メール saiko@biscuit.ocn.ne.jp

プライバシーは守ります。
お気軽にご利用下さい！