

脳卒中を知ろう！～②脳出血～

1) 脳出血

脳の中の細い血管が破れて出血し、神経細胞が死んでしまうタイプです。脳卒中死亡の約30%を占めます。

脳出血を起こすと1ヶ月以内に10数%の方が亡くなり、命をとりとめても重度の後遺症を残すことも少なくありません。脳出血では運動まひを伴うのが一般的で、機能回復を目的にリハビリ専門病院に転院し、数か月の入院を要することもまれではありません。

2) 原因

高血圧や年をとって脳の血管が弱くなり、血管が破れることが原因となる場合が多いです。

また、血管は栄養状態がよくないと、弱くなりやすい事が知られていて、血液の総コレステロールや蛋白が低い人は脳出血を起こしやすいといわれます。

3) 症状

〈意識障害のない脳卒中をうたがう症状〉

○一般的な脳卒中の症状（脳出血、脳梗塞）

①顔面を含む半身の運動まひ

- ・口の片側からよだれが出る
- ・食べたものがこぼれる
- ・食事中にはし茶碗を落とす
- ・握りが弱く字がうまく書けない
- ・片方のスリッパが脱げやすい
- ・片足を引きずる

③言語の異常

- ・言いたいことがうまく言えない
- ・文字を書けない
- ・聞いた言葉や読んだ文章が理解できない

②顔面を含む半身の感覚異常

- ・唇の周囲と片方の手のひらの感覚が同時におかしくなる
- ・顔の片側と左右どちらか一方の体の感覚がおかしくなる
- ・入浴した時に体の半分はお湯の熱さを感じない

④目の異常

- ・視野が欠けて左右どちらかの半分が見えにくい
- ・ものが二重に見える
- ・片方の目が突然見えなくなる

4) 予防

血圧が高い状態が続く方は医療機関を受診し、治療を受けましょう。

バランスの良い食事に心がけ、血圧を上げないよう運動不足、肥満にも注意して下さい。

〈脳出血が全国1位のころの秋田の食習慣の特徴（脳出血を起こす典型的食事）〉

塩分の大量摂取と米の大食。副食は、はなはだ単調。

ご馳走は豊富なつけもので、美味であるが塩辛い。

牛乳・たまごは好まず、魚も干物あるいは塩魚である。

きわめて美味しい自家用濁酒を豊富に作り、女性もこれを嗜む。

冬季かなり長い冬ごもり生活となり（運動不足）、

唯一の楽しみは互いに訪問し、つけものを肴に濁酒をくみかわすこと。

