

脳卒中になる人が年間どれくらいいるか？ 実は正確な統計は得られていません。国民皆保険とは言いながら、どの病気の患者さんがどれくらいいるかの正確な数がわからないのが日本の実情なのです。正確な数を知るためには、国の指導で全国の医療機関が正確に病気を登録するようなシステムが必要なのですが、まだまだ実現は先のことのようにです。

さて、話を進めましょう。

一部の地域の実態調査から全国規模の状況を推定したところでは、一年間に新たに脳卒中を発症する人は三〇万人弱、脳卒中の患者として生活している人は三一〇万人とされています。脳卒中は脳に血液を巡らせる血管の病気ですから、これにいちばん関係する要素は動脈硬化などの「加齢現象」と言えます。これから高齢者がますます増加する日本においては、脳卒中を発症される方はさらに増えると予想されています。

さて、脳卒中は一九八〇年までは、日本人の死亡原因の第一位を占めていました。この一九八〇年に「がん」に抜かれ、一九九五年には「心疾患」、二〇一〇年には「肺炎」に抜かれ、現在のところ日本人の死亡原因の第四位となっています。しかし――、

第一位の「がん」は、肺がんや胃がんなど、全身のがん（悪性新生物）の合計ですし、第二位の心疾患については、死亡の判定が心停止であることも当然ながら、「心不全」や「心筋梗塞」などいろいろな病気が含まれています。また肺炎については、この後に説明するように、脳卒中後に寝たきりになって、最後は肺炎で亡くなるというケースが多いということも考え合わせなければなりません。脳という単一臓器の血管の病気を「脳卒中」が死亡原因の第四位であるということは、すなわち、とても重要な病気であることを意味しているのです。

ところで、死亡原因として重要な位置にある脳卒中ですが、介護を要するような後遺症を残すことも大きな問題となっています。介護保険を受けている方を対象にした調査では、介護度の高い「寝たきり」の原因の第一位は脳卒中でした。また、認知症の原因としても重要な位置にあります。血管性認知症の原因であることはもとより、認知症の最大原因とされるアルツハイマー病も脳の血管に問題があると起こりやすいことがわかっています。つまり、脳卒中を予防することは認知症の予防にもつながっているのです。

脳卒中は、一旦発症すると死に至ることも多く、認知症を含めた重篤な後遺症のために社会生活に支障をきたし、さらには介護を必要とする事態まで生じかねない病気なのです。

近年の医療の進歩は目覚ましく、さまざまな治療法や治療薬が開発され実用化されています。これまでは切り開かなければ見られなかった人体内部も、CTやMRで立体的に観察できるようになっています。しかしその分、医療費全体の高騰が看過できないところまできているのも事実です。そこでぜひ、皆さんに考えていただきたいのです。

「病気になったら治療する。なら、病気にならなければ治療もいらない」

医者が失業しそうな雰囲気ですが、何も治療するだけが医者の仕事ではありません。病気のことを調べ、どうしたら病気にならないかを研究し、皆さんが病気になるのを防ぐ方法を見つけ出すのも、医者の立派な仕事だと思えます。実際、日本人の食生活においては減塩の考え方によって脳血管疾患が減った事実があります。これは血管へのナトリウムの影響を研究した成果です。ほかに、コレステロールや酸化作用など、さまざまな要素が研究されています。そして、これらのいくつかは実際に病気を未然に防ぐ方策へとつながっています。しかし、実行されなければ成果は現れません。いくら「タバコ」には発がん性があります」と申し上げても、一向にやめない方がいらっしやいます。「お酒の飲み過ぎは肝臓に負担がかかりますよ」と申し上げても、浴びるように飲むことをやめられない方もいらっしやいます。

さて、どうしたものでしょう？

しなくていい苦しみや痛みを避けるために、ぜひ皆さんには病気のことをよく知っていただき、予防できるものは予防しようではありませんか？ そんな思いからこの本を書きました。

冒頭に、三人の患者さんを紹介しました。脳卒中の方にはよく見られる状況です。目に見えない血管の病気がどんな風に現れるか、どんな結果を招くのか、ぜひとていいですから知っておいていただけると、この本もわかりやすくなるかと思い、提示した次第です。

医療の話は時に専門用語などが出てきて煩わしいとお感じになる方も多いことでしょう。できるだけわかりやすく、気楽に読めるように努力するつもりですが、どうしても必要な専門用語には、下に注釈を付けて解説しますので、参考にしながらおつきあいください。

著者

二〇一七年五月

第1章 ■ 脳卒中って なに？

■ 脳卒中って なに？ ..... 16

▼ 「出血」 16 ▼ 「虚血」 17

■ 脳卒中のメカニズム ..... 18

▼ 脳出血のメカニズム 18 ▼ くも膜下出血のメカニズム 21

▼ 脳梗塞のメカニズム 22

第2章 ■ 脳卒中—その原因？

■ 脳卒中の危険因子 ..... 29

▼ 高血圧 29 ▼ 喫煙 30 ▼ 脂質異常症（高脂血症） 31 ▼ 糖尿病 32

▼ 心房細動 33 ▼ 過度の飲酒 34 ▼ コントロールできない危険因子について 35

■ 脳卒中を起こすその他の病気 ..... 36

■ 脳卒中と加齢現象 ..... 38

コラム セカンドオピニオン 40

## 第3章 ■ 脳卒中 かな？

- くも膜下出血の症状 ..... 42
- 脳梗塞・脳出血の症状 ..... 43
- ▼ 痛みについて 46
- 実例解説 ..... 47
- ▼ 突然の激しい頭痛・嘔吐・意識障害 47
- ▼ 物が二つに見えて歩くとよたつく 48
- ▼ 左側がよく見えない 49
- ▼ 右手と右の口角がしびれる 50
- ▼ 左手と左足に力が入らない 51
- ▼ 急に右手と右足が動かなくなり、意識状態も悪く話せなくなった 52
- ▼ 左半身がしびれたと思ったら、だんだん左側が動かなくなった 53
- ▼ 言葉が話せない 54
- ▼ 突然倒れて、左側がまったく動かせない 55

## コラム 脳卒中を疑ったら救急車 56

## 第4章 ■ 脳卒中——知って安心治療法あれこれ？

- くも膜下出血の治療 ..... 58
- ▼ クリップ術 59
- ▼ 血管内手術（コイル塞栓術） 60
- ▼ 急性水頭症に対する治療 61
- ▼ 血管攣縮に対する治療 62
- 脳出血の治療 ..... 62
- ▼ 外科療法 63
- ▼ 薬物療法 65

第5章 ■ 脳卒中を予防するには？

■ 脳梗塞の治療 ..... 66

▼ 急性期の治療 66

■ 慢性期の再発予防 ..... 70

■ 高血圧のコントロール ..... 74

■ 脂質異常のコントロール ..... 78

■ 糖尿病のコントロール ..... 81

■ 喫煙のコントロール ..... 82

■ 心房細動のコントロール ..... 83

あとがき 84

用語集 85