

医療法人社団 広恵会 春山記念病院

〒169-0073 東京都新宿区百人町1-24-5

TEL 03-3363-1661 FAX 03-3371-1021

<https://www.haruyama-hosp.com> e-mail : info@haruyama-hosp.com

脳梗塞のお話し

脳神経外科

小林 聡

脳梗塞は脳の血管がつまる病気です。半身まひや言語障害が、代表的な症状です。

「脳卒中」という病名もあり、「脳梗塞」とどこが違うのかわからないといった声を耳にしますが、「脳卒中」は、「脳梗塞」だけでなく、「脳出血」や「くも膜下出血」などを含めた病名の総称です。

脳梗塞は脳卒中の中で65%を占め、増加傾向にあります。最近では、新型コロナウイルスとの関係も取りざたされており、新型コロナウイルスの感染者は脳梗塞になりやすとの報告も上げられております。

脳梗塞の最近のトピックスといえば、カテーテル治療の進歩です。カテーテル治療により、血管内にできた血栓を回収するのです。

これまでは、脳梗塞を発症し、4～5時間以内ならば「tPA」というお薬を使うことができました。最近の研究では、24時間以内でしたら、カテーテル治療により、さらに症状が良くなる方がいらっしゃる事が分かってきました。脳梗塞は、いかに早く病院を受診するかがポイントです。

最後に、脳梗塞と食事に関する話題です。よく「私は脳梗塞の薬を飲んでいるので、納豆は食べてはいけませんよね」とおっしゃる方がいます。納豆を食べてはいけないのは、ワーファリンというお薬を飲んでいる方だけです。

一般的な脳梗塞のお薬、たとえばプラビックス（クロピドグレル）やバイアスピリンといった薬は、納豆を食べても差し支えありません。また、ワーファリンも納豆を食べても良い薬に変更が可能です。ご希望の方は主治医の先生にご相談ください。

また、グレープフルーツを食べてはいけないと思っている方も多いようです。グレープフルーツを食べてはいけないのは血圧の薬の中で「カルシウム拮抗薬」（アダラートやアムロジピン）を飲んでいる方です。

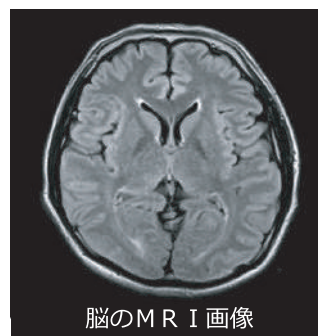
脳梗塞のお薬だけでなく、お薬には様々な注意事項がありますので、細かい点は、薬局でお問い合わせしてください。

脳卒中

脳梗塞

脳出血

くも膜下出血



脳のMRI画像

「Stay Home」でも簡単にできる運動法 (深部静脈血栓予防)

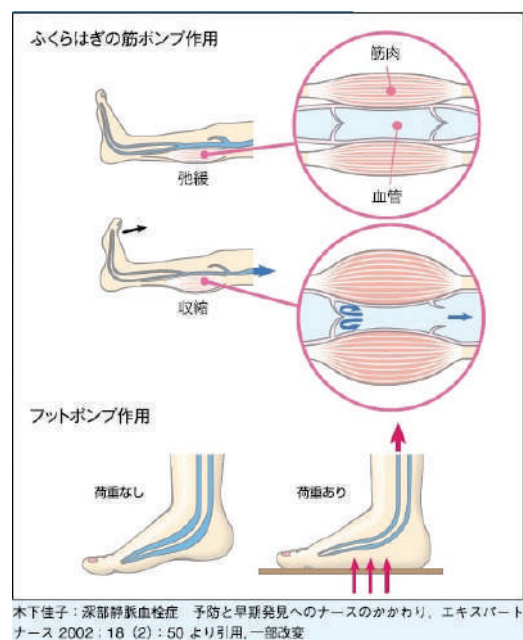
深部静脈血栓症（DVT）は、主に下肢の深部静脈に血栓が形成される病態です。この血栓が遊離して静脈血流に乗り、肺の血管に詰まると肺血栓塞栓症（PTE）になります。色々な原因がありますが、下肢の骨折後や運動せずに寝たきりのまましていると、血栓ができやすくなります。

肺血栓塞栓症は無症状の時もありますが、呼吸困難やショック状態などに陥ることもあります。簡単な予防法として足関節の運動、下肢の挙上、圧迫療法（弾性ストッキングなど）、水分補給などが有効です。

そこで、運動による静脈の流れのメカニズムと予防の為に簡単な足の運動方法をご紹介します。

静脈の流れは筋肉の収縮と体重が足の裏に掛かる荷重により、流れが促進されます（右図）。寝てばかりいると、筋肉を動かさない上に体重も掛からないので、静脈の流れが悪くなるのは必定です。

今回はお家の中で簡単に出来る運動をいくつか、ご紹介させていただきます。イスを使った運動ですのでリビングなどでも気軽にできますのでお試しください。



①足首の運動(2種類)

つま先を地面につけたまま、かかとを持ち上げます。



かかとを地面につけたまま、つま先を持ち上げます。



②膝関節の運動

ふとももの裏をイスにつけたまま、膝を伸ばします。



③股関節の運動

背筋を伸ばした状態で胸の手前まで膝を持ち上げます。



④つま先立ち

イスやテーブルに手を置いて、つま先立ちをします。



⑤ハーフスクワット

イスやテーブルに手を置いて、両膝を少し曲げます。



運動は、体調に合わせてゆっくりと行いくれぐれも無理のない範囲・回数で行って下さい。また、周りに危険な物が無いことを確認し、滑りやすい場所などでは行わないようにして下さい。

リハビリテーション科 文章：河野円士 モデル：島田一華



数字で見る!! 春山記念病院



2019年10月～2020年3月	10月	11月	12月	1月	2月	3月	合計
外来患者延べ数	5,017	4,893	5,073	4,777	4,529	4,172	28,461
入院患者延べ数	2,758	2,838	3,047	3,008	2,713	2,947	17,311
搬送救急車台数	365	316	388	282	271	216	1,838
手術件数	103	102	88	113	80	85	571

医療機関の皆様へ

《検査依頼》

検査予約は、下記時間帯で承ります。

平日 9:00～17:00

土曜日 9:00～16:00

CT、MRI検査や脳波検査などお電話で受付いたします。

TEL : 03-3363-1661 (代表)

《受診及び入院依頼》

地域連携室担当スタッフが承ります。

時間外は救急担当の医師または看護師が対応いたします。

受診・入院依頼も左記の代表番号へご連絡下さい。