

脳卒中 治療と予防のトレンド

ガイドライン改訂! ポイントは



杏林大学 脳卒中センター長 平野 照之

NHKテキスト「きょうの健康」2022年2月号より抜粋

本冊子は、広く医療情報の啓発を行うことを目的としてNHKテキスト「きょうの健康」を二次利用して作成したものです。

脳卒中治療と予防の最新トレンド

ガイドライン改訂!

ポイントは

昨年、6年ぶりに脳卒中の治療ガイドラインが改訂され、心臓に原因があつて起こる脳卒中の予防と治療がより重視されるようになりました。

杏林大学脳卒中センター長

平野照之

ポイント①
心房細動からの脳卒中を予防
するため薬の服用が推奨される

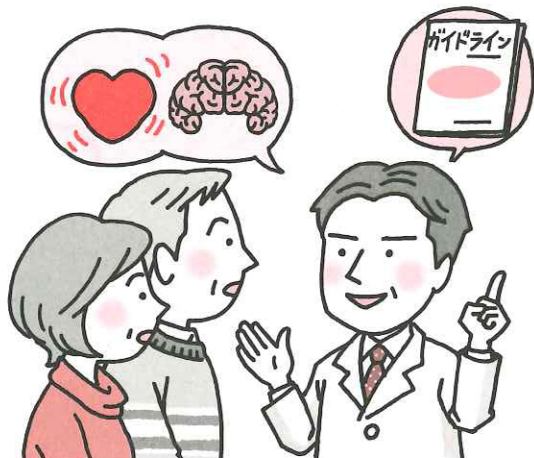
脳卒中のうち大きな割合を占めるのは、脳の血管が詰まる「脳梗塞」と、脳の血管が破れる「脳出血」です。

このうち脳梗塞は、動脈硬化で血管が狭くなったり、血管が老化したりすることを主な原因として起こりますが、「心房細動」という不整脈の一種によって引き起こされることもあります。

心房細動は、加齢などによって起こりや

すくなります。まるで心臓でけいれんが起きたように拍動が乱れてしましますが、自覚症状がないことも多くあります。心房細動が起こると、血液が流れにくくなり、心臓の内部で血の塊（血栓）ができやすくなります。

こうしてできた血栓が血流に乗って脳まで流れ、脳の血管に詰まると、脳梗塞が起こります（2ページ左図参照）。心房細動が原因で起こる脳梗塞は、心臓にもともと原因があることから、「心原性脳塞栓症」と呼ばれます。血栓は、時にゴルフボール

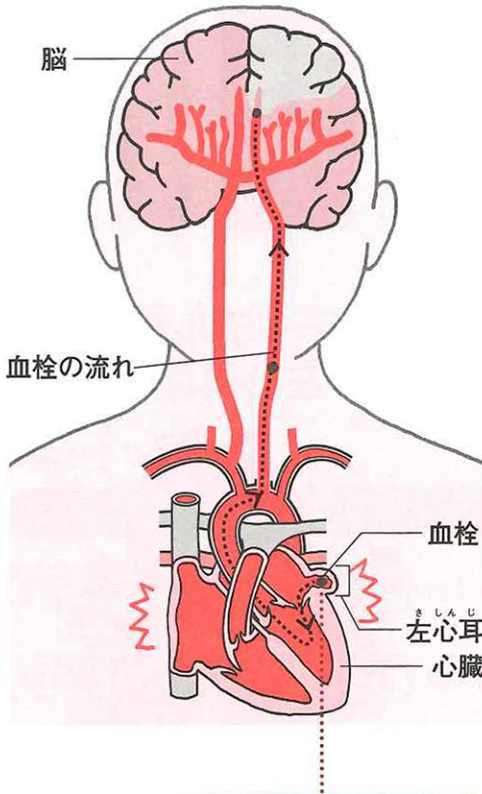


●ガイドライン

ガイドラインとは、科学的根拠に基づいて勧められる治療法や予防法を病気ごとにまとめたもの。内容は数年ごとに見直され、常に最新の情報が反映されているため、多くの医師が診療の参考になっている。

【 心臓に原因があって起こる脳梗塞 】

心房細動では、心臓の拍動が乱れるために、心臓の内部で血流がよどみ、大きな血栓ができやすくなる。できた血栓が血流に乗って流れ、脳の血管を詰まらせると、脳梗塞を引き起こす。



心房細動のある患者さんの心臓にできた血栓



赤線で示した箇所が、左心耳という袋状の組織。左心耳の内側にある○で囲んだ箇所に見えるのが血栓。

大ほどにまで大きくなることもあり、心房性脳塞栓症を発症すると7〜8人に1人は命を落としてしまいます。

現在、日本では100万人を超える心房細動の患者さんがいると推定されており、社会の高齢化により患者さんはさらに増える予想されます。

このため新しいガイドラインでは、心房細動が原因で起こる脳卒中について、予防と治療が従来よりもさらに重視されています。

■ **血栓をできにくくする薬で脳卒中を予防**

脳卒中の予防のためには、血液を固まりにくくして血栓ができないようにする働きのある「抗凝固薬」をのむことが推奨されています。

これまでのガイドラインでは、抗凝固薬を予防のために服用すべきなのは、「75歳以上」だったり、「心不全や高血圧、糖尿病がある」など、脳卒中のリスクが高い場合に限っていました。しかし、新しいガイドラインでは、「心房細動が長く続いている

抗凝固薬の服用が勧められる人

これまで勧められていた人

- 心不全
- 糖尿病
- 高血圧
- 75歳以上

ガイドライン改訂で加えられた人

- 65歳以上
- 心筋症
- 体重50kg以下
- 腎機能障害
- 心房細動が長く続いている

る人」や、「心筋症や腎機能障害などのあ
る人」へも対象が広がりました（2ページ
下段参照）。最近登場した抗凝固薬は、従
来のものに比べ副作用も少なく、脳卒中の
発症を6割程度抑えられるとされています。

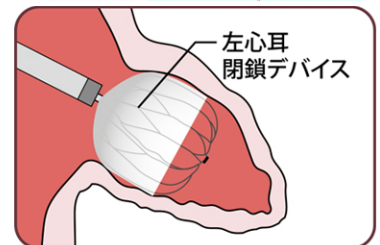
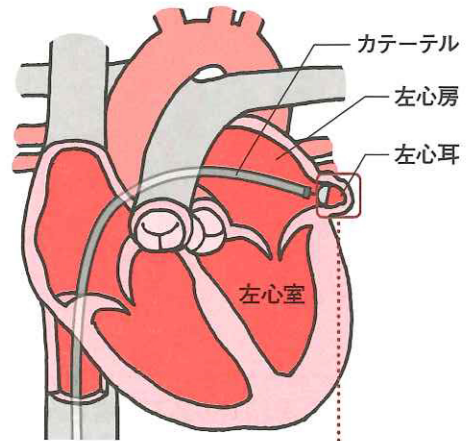
ポイント②

脳卒中のリスクが高い場合は
予防のための手術も選択肢に

抗凝固薬は血栓をできにくくする効果が
高い反面、副作用として脳出血が起こりや
すくなってしまう。このため、血圧が
高くて血管が破れるリスクが高い患者さん
などでは、抗凝固薬の使用が難しいことも
あります。

そのような場合に検討されるのが、「左
心耳（2ページ左図参照）」に対する手術
です。左心耳は、左心房の壁にある袋状の
組織です。左心房の内部では血流がよどみ
やすく、心房細動による血栓のほとんどは
左心耳内で発生するといわれています。左
心耳でできた血栓が左心房の内部にとどま
っている間は問題ありませんが、何らかの

【カテーテルを使った
左心耳閉鎖術】



原因で血栓が心臓の外に流れ出すと、脳梗
塞につながります。

手術では、左心耳を切除したり塞いだり
します。左心耳は虫垂ちゅうすいと同様、切除しても
体の機能に影響はありません。左心耳の切
除手術は、患者さんの体への負担を減らす
ため、ほかの理由で心臓の手術をするとき
に併せて行うことが推奨されています。

しかし、そもそも開胸手術は、特に高齢
の患者さんにとって大変な負担ですし、手
術の機会がないという患者さんもいます。
このような場合には、患者さんの負担が少

脚の付け根から心臓まで血管を通してカテーテルを
挿入し、先端に付いた「左心耳閉鎖デバイス」を左
心耳に置き、傘のように広げて、左心耳に血栓がで
きないようにふたをする。左心耳閉鎖術には健康保
険が適用されるが、認定を受けた医療機関でないと
行うことができない（現在は130施設ほど）。

ない、カテーテルを使った「左心耳閉鎖術（3ページ右図参照）」が行われるようになってきました。

ポイント③

血圧の新しい基準と電子たばこ

脳卒中予防のために日常生活のなかで気をつけたいのが、血圧コントロールとたばこです。

高血圧は、脳卒中を引き起こす最大の危険因子です。特に脳出血の死亡リスクは、正常血圧の人に比べて140/90mmHg以上の人で3.5倍、160/100mmHg以上の人で6倍になるという報告もあります。

このため、新しいガイドラインでは、高血圧の治療目標値がより厳しく設定されました。75歳未満の人は、診察室で計測した血圧は130/80mmHg未満、家庭で計測した血圧は125/75mmHg未満を維持することを目標にしましょう（下図参照）。

喫煙も、脳卒中中のリスクを高めることが

【 血圧・たばこの新基準 】

脳卒中予防のため、血圧の治療目標値が厳しくなった。また、紙巻きたばこだけでなく、電子たばこも現段階では勧められていない。

血圧

旧目標値 140 / 90 mmHg未満

新目標値 130 / 80 mmHg未満

※75歳未満の成人 診察室血圧

電子たばこ

リスクを減らす
十分な科学的根拠はない



知られています。電子たばこにも紙巻きたばこと同様の有害物質が含まれており、紙巻きたばこに比べて脳卒中中のリスクを減らすという十分な科学的根拠はありません。電子たばこも含めて禁煙を心がけましょう。脳卒中は、本人だけでなく家族にも負担がかかることが多い病気です。日頃からできる予防に取り組み、発症リスクを抑えることが勧められます。

健康カフェ



大学時代の先輩がサッカー日本代表のチームドクターをしていたことがあり、日本代表戦を観戦するのが好きです。また、国際会議で受けた感動が忘れられず、新型コロナウイルス感染症の流行前は、毎年海外に足を運んでいました。



平野照之(ひらの・てるゆき)

●1988年熊本大学医学部卒業。専門は脳神経内科、特に脳卒中医学
●杏林大学医学部付属病院脳卒中センター(東京都三鷹市新川6-20-2)



ここに記述されている内容は患者様への情報提供を意図しており、
医学的なアドバイスや診断に使用されるべきものではありません。
健康状態に関して何らかの不安がある、実際の治療に即した説明が
聞きたい、等は、医師にご相談ください。