

(第3種郵便物認可)

知っておきたい 脳卒中予防

脳と心臓の深〜い関係



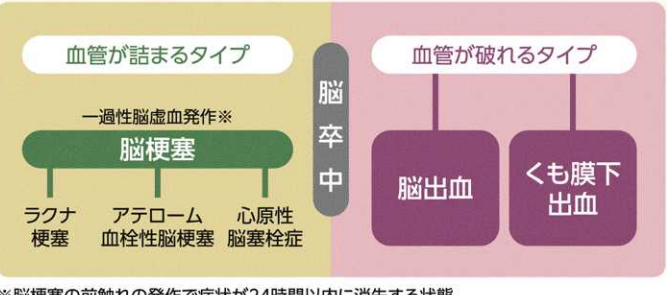
名古屋市立大学医学部附属 東部医療センター 脳神経内科部長
山田 健太郎 先生
1996年 名古屋市立大学医学部卒業。日本内科学会内科認定医・専門医・指導医。日本神経学会神経専門医・指導医、東海北陸地方会世話人。日本脳卒中学会脳卒中専門医。日本認知症学会認知症専門医。日本頭痛学会頭痛専門医。日本脳神経血管内治療学会脳神経血管内治療専門医



豊橋ハートセンター 循環器内科 医長
山本 真功 先生
2003年 日本医科大学卒業。日本内科学会認定内科医。日本循環器学会循環器専門医。日本心臓インターベンション治療学会CVIT専門医。日本心エコー図学会SHD心エコー図師。日本経カテーテル心臓治療学会TAVR指導医。Complex Cardiovascular Therapeutics (CCT) 理事。ストラクチャークラブ・ジャパン理事。日本血管内視鏡学会評議員

かつて日本人の死因の1位だった脳卒中。医療の進歩や救急体制の整備により、死亡率は減少したものの、重い後遺症が残ると、社会復帰が困難になってしまう可能性もあります。寝たきりの原因にもなるなど、日常生活に大きく影響するのが特徴です。生き生きと生活するために避けたい病気ですが、脳卒中の患者さんは今も増えています。血液を送り出す心臓とも深く関わっている脳卒中について、脳神経内科と循環器内科それぞれの専門医にお話を聞きました。

脳卒中の分類



症状が軽くても一刻も早く病院へ

「脳梗塞」には、さらに3つのタイプがあります。脳の細い血管が詰まる「ラクナ梗塞」。脳から首あたりまでの血管が動脈硬化によって詰まる「アテローム血栓性脳梗塞」。そして、脳の血管はまったく問題ないけれど、心臓でできた血栓が脳まで運ばれていき、脳内の血管を詰まらせてしまう「心原性脳塞栓症」です。

中でも心原性脳塞栓症は、突然に重い症状が出るのが特徴です。一度の発症で重篤になり、重い後遺症が残ってしまうケースが多いため、「フックアウト型脳梗塞」とも呼ばれています。

「脳梗塞を発症すると、どのような症状があらわれるのでしょうか。」

山本 脳にはいろいろな機能があるため、血管が詰まった箇所によって症状もさまざまです。例えば、左の脳の血管が詰まると、右半身に麻痺が出ます。言語中枢がある優位半球の血管が詰まった場合は、めまいを起したり、呂律が回らなくなったりといった症状が出ます。

脳梗塞の発症サインに早く気づくためには、「FAST」という確認方法がありますので、ぜひ覚えておいてください。典型的な症状などの頭文字を組み合わせたもので、Face＝顔が麻痺していない

顔 F ace
顔に麻痺やゆがみはありませんか？

腕 A rm
両腕を上げたままキープできますか？

言葉 S peech
短い文がいつも通り話せますか？

時間 T ime
症状に気づいたら、すぐに119番！

「脳梗塞の治療法として、どのようなものがありますか。」

山田 血管に詰まった血栓を薬で溶かす「血栓溶解療法」が一般的です。太い血管が詰まった場合は、さらにカテーテルで血栓を吸い取ったり、絡め取ったりします。

早ければ早いほど経過は良いので、どんなに軽くても「FAST」の症状があったら、一刻も早く救急車で病院へ行ってください。血栓溶解療法を行うことができるのは、原則4.5時間以内ですが、朝起きた時、脳卒中の症状に気づいた方は、救急車ですぐに病院に行けば、(MRI)検査の結果により治療が行える可能性があります。

血栓溶解療法もカテーテル治療も行えなかった場合は、血液をサラサラにする薬や、脳の神経細胞が生き残るように助ける薬で点滴治療を行い、回復期リハビリテーション病棟でリハビリをして、できるだけ後遺症が軽くなるようにします。

再発することも多い脳梗塞は予防が大切

「脳梗塞は、再発する人も多くいます。」

山田 脳梗塞の中でも、心原性脳塞栓症の再発は特に多いです。そもそも、脳梗塞を起す方は血管が痛んでいることが多く、また再発予防のために血液をサラサラにする薬を飲んでいるという状況がベースにあります。基本的に適切な用量用法にしたがって薬を飲んでいる分に

心房細動が脳梗塞の引き金に

「心臓にできた血栓が脳の血管を詰まらせる「心原性脳塞栓症」は、特に重篤になるケースが多いというお話を聞きました。その原因について詳しく教えてください。」

山本真功先生(以下、敬称略) 脳梗塞という名前でありながら心臓が原因で起るものが、心原性脳塞栓症です。これは不整脈が大きく関わっています。不整脈は心疾患からくるものだけではなく、緊張すると脈拍が早くなるように、気分やストレスをはじめ、睡眠不足などの不規則な生活にも影響されます。アルコールや喫煙、塩分の摂り過ぎなどで高血圧になり、高血圧が引き起す生活習慣病が、不整脈の一つである「心房細動」の大きな要因になります。

心房細動とは、心房がけいれんするようになり、心臓が正常に収縮している状態、心房内の血液の流れが滞り、血栓ができてやすくなります。その血栓が血流によって脳に運ばれ、脳の血管を詰まらせると心原性脳塞栓症を起します。

不整脈であらわれやすい症状は、動悸、息切れ、めまい、不快感、ふらつき、倦怠感などさまざまです。中には自覚症状がない人もいますが、心房細動の患者さんは日本に約70万人いると言われ、年齢とともに増える傾向です。親指の付け根部分の動脈に触れると、不規則な脈がないか、脈が弱くないか、自分で確認することができます。動悸がしたら、脈を確かめてみてください。脈の乱れを知らせるスマホのアプリなどもありますので、活用すると早期発見や早期治療につながると思います。

左心耳閉鎖術の可能性

「脳梗塞を引き起こす原因となる心房細動は、治せるのでしょうか。」

山本 心拍数をコントロールする薬で様子を見るほか、心筋の一部を焼き切るアブレーションで規則正しい脈を取り戻す方法があります。慢性心房細動の方は、元の状態に戻りたいため、血液をサラサラにする薬を飲み続ける抗凝固薬による薬物療法で、心房細動によって起る脳梗塞を予防します。

しかし、中には出血のリスクが高くなる薬の継続が難しい方も。その場合、血栓の形成に関係している左心耳を切除する「左心耳切除術」が選択肢の一つになります。胸を開いて行う外科手術で、2週間程度の入院期間の必要があり、左心耳切除術だけを単独で行うことはほとんどありません。他の心臓外科手術と併せて行うのが一般的です。近年は、切除に用いる道具や方法が進歩し、内視鏡で切除することで、小さい傷跡で治療提供できるようになり、社会復帰までも1週間ほどとなりました。

そのような現状の中で、負担の少ない治療法として、カテーテルによる「左心耳閉鎖術」もできるよになりました。

「左心耳閉鎖術」というのは、具体的にどのような手術ですか。」

山本 全身麻酔をして足の付け根から数ミリの管を入れ、左心耳にふたをかぶせます。所要時間は約1時間で、午前中に処置をすれば、夕方には食事を摂り、動けるようになります。入院期間は2、3日です。脳梗塞のリスクを下げながら、出血のリスクも抑えることが期待されています。

早期発見と予防でリスクを減らす

「脳卒中にならないためにはどうしたらいいのかわからない。あらためてお二人から患者へメッセージをお願いします。」

山田 脳卒中を疑う症状があったら、すぐに救急車を呼んで大きな病院へ行ってください。くも膜下出血は、パットで殴られたような痛みが出るため、ほとんどの人が病院へ行きますが、脳梗塞は遅れることが多くあります。「二晩、様子をみよう」と思っている、失うものが大きいので、また早期発見と早期治療に加え、きちんとした予防が大切です。一定の年齢になると高血圧になりやすく、また、女性は閉経すると半数以上の方がコレステロール値が上がってきます。糖尿病、高血圧、コレステロール値が高いので、喫煙や飲酒も影響がありますので、ぜひ意識していただきたいですね。かかりつけ医や循環器内科とよく相談し、自分に適した予防法を選んでいきましょう。もし脳卒中になってしまったら、諦めるのではなく、良い方法を探してこそ重要だと思います。

山本 心房細動が引き起こす心原性脳塞栓症は、脳へのダメージが大きく、後遺症は一生ついてまわるため、できる限り防ぎたいものです。医療の進歩はともかく、例えば3年前はできなかったことが可能になったり、2年前は「どちらの方がいいだろう」と悩んでいたことが明らかになったりするなど、私たち医師も懸命にキャッチアップしないと追いつかないほど。治療の可能性は確実に広がっています。患者さんにとっても、治療の選択肢は多いに越したことはありませんので、たくさんの方々に知っていただきたいですね。

心原性脳塞栓症の予防法

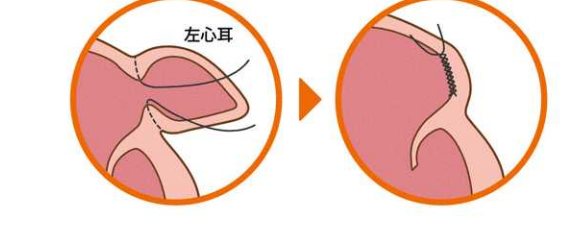
薬物療法

抗凝固薬
血液をサラサラにして血栓形成を予防する薬

サラサラ
ドロドロ

※イメージ

左心耳切除術



左心耳閉鎖術

