

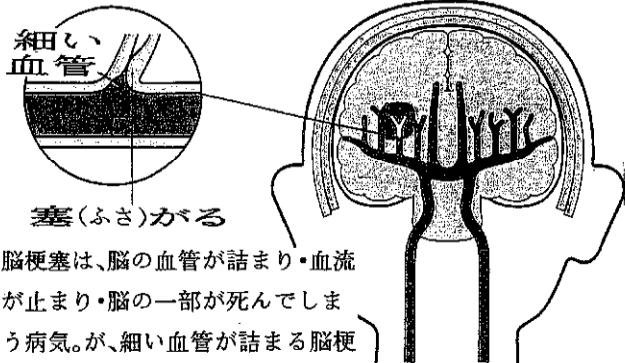
# なんじょうじょうあらわ何の症状も現れない『無症候性脳梗塞』とは?

鈴木則弘 (慶應義塾大学・教授)

H.30(2018)年5月、願成寺

むしょうこうせいのうこうそく  
無症候性脳梗塞は  
多くは細い血管が詰まって起こる脳梗塞

図-1



脳梗塞を予防するには

しゅうかん よくする  
生活習慣の改善や

ふせいいみやくみ たいせつ  
不整脈を見つけることが大切

図-2

- 高血圧や糖尿病などがあれば治療する
- 禁煙する
- 大量の飲酒を避ける
- 塩分・脂質の多い食事を控える
- 適度な運動を行う

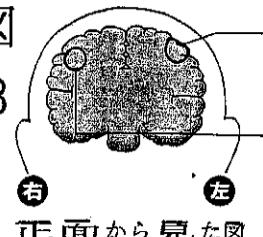
◆不整脈はドットドット・ドク・ドク  
・ドク…など、不規則な脈の動き。  
●正しい脈はドク・ドク・ドク…と規則正しい動きをする。

脳梗塞のリハビリのポイントは?

“脳の可塑性”を高めることが大切

●脳の可塑性とは

①になった時・リハビリすると、②のように元通り(もとどおり)なろうと働くこと。



①脳の一部が脳梗塞で死んで右手が麻痺(まひ)する

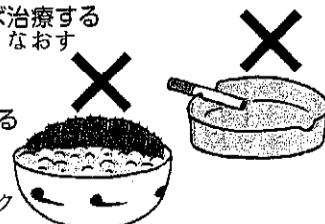
②脳の別の部分が弋(か)わりに働き(はたら)いて右手が動くようになる

◎脳梗塞は、脳の血管が詰まり・詰まつた先の脳の一部が死ぬ病気で、体の痺れ・話す書くなどが出来ない言語障害・思考の障害などが現れます。が、脳の奥の細い血管が詰まるラクナ(ラテン語で小さい穴)梗塞は、自覚症状が現れないで『無症候性脳梗塞』と言います。が、症状が無くても、死に繋がる怖い脳梗塞や脳出血が起きる危険があり、認知症(物忘れ・ボケ)につながることもあり、要注意です。

●『無症候性脳梗塞』は、自覚症状が無いので見つかりにくかったが、MRI(磁器共鳴画像)などの進歩で、加齢と共に患者が増え、特に高齢の男性に多いと言われます(左図-1)。

★『無症候性脳梗塞』を引き起こす原因は? しんぱななどの進歩で、加齢と共に患者が増え、特に高齢の男性に多いと言われます(左図-1)。

高血圧・糖尿病・脂質異常症(高脂血症)で血液ドロドロ・酒飲み過ぎ・運動不足・喫煙・肥満(メタボ)・疲れ過ぎ・ストレスなどです。特に高血圧が長引くと、動脈硬化を進め・無症候性脳梗塞になると考えられています。また、糖尿病の人の30~60がドクトーや慢性腎臓病の人約40がドクトーや無症候性脳梗塞になる(左図-2)。



※『無症候性脳梗塞』が脳の中に幾つも生まれるのです。血管性認知症は、脳梗塞や脳出血などにより、脳にブドウ糖や酸素などが運ばれず、脳の働きが悪くなり記憶障害、歩行障害・転ぶ、頻尿(度々排尿)・尿漏れ、痺れ、一過性のうつ気分、急に怒り・急に笑うの感情が現れます。

■認知症で最も多いアルツハイマー型認知症は、脳にアミロイドβたんぱく・タウたんぱくの2つが(ゴミのよう)に貯まり、脳の神経細胞が壊れて減り、脳が縮んで行きます。

●リハビリが脳を変える—脳梗塞で脳の血管が詰まり・脳の一部が死んで、別の部分の脳細胞などが、その働きを取り戻そうと新しい学習する事が分かってきました。歩行訓練や、物を掴む・動かすなどの作業療法をリハビリとして取り入れ、日常生活で必要な細やかな動きを取り戻すことを目指します。ヤル気・根気(よく続ける)・勇気を持てリハビリすると、手足などの動きも回復に向かい・ヤッタとの達成感を味えます(左図-3)。