

脳卒中

以前脳卒中について掲載しました。

脳卒中は脳の血管が詰まったり破れてしまうなど脳の血管異常によって起きる病気の総称です。

日本では死因第三位の脳卒中ですが、寝たきりになる病気の第一位です。

気温が低い時期は特に発症しやすいので注意が必要です。

脳卒中は

- ・血管が詰まる→脳梗塞
- ・血管が破れて出血する→脳出血

の大きく二つに分けることができます。

以前は脳出血が多かったのですが最近は高齢化・生活習慣病の増加などにより脳卒中の約4分の3が脳梗塞です。

脳梗塞の場合前兆が見られることがあります。

- ①体の片側がしびれて手足に力が入らない。
- ②足がもつれて歩けない
- ③話したいのに急に言葉が出ない
- ④ろれつが回らない
- ⑤人の言うことが一時的に理解できない
- ⑥物が二重に見える
- ⑦片目が見えなくなったり視界の半分が見えない
- ⑧食べ物を一時的に飲み込めない

これらの症状は短時間で消えるので軽く受けられますが早めの受診が命に関する大きな発作を防ぐことができます。

塩分控えめの食生活の見直し適度な運動を心がけるこれが一番の予防策です！

