



脳梗塞について



脳卒中は脳の血管に起こる病気で日本人の死亡原因の 4 位を占めています。

(1 位：がん、2 位：心疾患、3 位：老衰) 脳卒中には、脳の血管が破れて出血する「脳出血」「くも膜下出血」と、脳の血管が詰まる「脳梗塞」があります。

症状

- 片側の手足の麻痺や感覚障害
- ・脱力 ・動かない ・しびれ
- 言語障害
- ・言葉が出ない・ろれつが回らない
- ・理解できない
- 運動失調
- ・力はあるのに立てない
- ・動きがぎこちない
- 視力・視覚障害
- ・片方の目が見えない・二重に見える
- ・視野の半分が欠ける
- 頭痛

脳卒中予防十か条

- 手始めに **高血圧** から 治しましょう
- 糖尿病** 放っておいたら 悔い残る
- 不整脈** 見つかれば 次第 すぐ受診
- 予防には **たばこ** を止める 意思を持って
- アルコール** 控えめは薬 過ぎれば毒
- 高すぎる **コレステロール** も 見逃すな
- お食事の **塩分・脂肪** 控えめに
- 体力に 合った **運動** 続けよう
- 万病の 引き金になる **太り過ぎ**
- 脳卒中 **起きたらすぐに 病院へ**

アレッ!? おかしいと思ったら

ACT F・A・S・T アクトファスト【素早い行動】

Face 顔
片側がゆがむ

Arm 腕
片腕に力が入らない

Speech 言葉
言葉が出てこない
ろれつが回らない

Time 時間
発症時間を確認して
すぐに 119 番を!!

脳卒中の専門的な治療ができるのは **4.5 時間以内** と言われています。脳梗塞の診断と治療は一刻も早く。すぐに救急車を呼び、少しでも早く病院へ!!

ご不明な点や健康についてのご相談がある際にはお気軽に本会までお問い合わせ下さい。



JA熊本厚生連健康管理センター

施設所長 栗津 雄一郎

TEL 096 (328) 1256 FAX 096 (328) 1229