

38. 脳卒中はどのようにして発病するのでしょうか、原因は何でしょうか？

脳卒中は脳の血管に傷が出来て起こってくる病気です。脳の血管の壁に傷が出来るとコレステロールが溜まりやすくなり、血管の壁が脆くなってきます。これが動脈硬化です。血管の内腔が狭窄したり、血栓が出来たりします。脳血栓症など、脳の神経細胞に酸素や栄養分を供給する血管の障害があると、神経細胞の働きが低下してきます。さらに血管の障害が進むと、神経細胞が死んで、脳の中に空洞が出来てきます。これを脳軟化と言います。

脳の血管に動脈硬化を起こす原因には、高血圧、糖尿病、脂質異常症、喫煙などの動脈硬化危険因子が関係しています。特に高血圧と糖尿病は強い危険因子です。またこれらの危険因子が2つ以上重なると、さらに脳卒中が発病する危険性が高くなります。

脳塞栓症の塞栓源のひとつは心臓にあります。不整脈の一つである心房細動や、心弁膜症があると、心臓のなかで血栓が出来やすくなります。また頸部や脳の動脈の壁に出来た血栓が剥がれて、脳の奥のほうに運ばれて行って、血管を詰まらせてしまうことがあります。

脳動脈に狭窄がある場合に、脱水や起立性低血圧になった時、急に血液の供給が不足して、神経細胞の機能が低下してしまうこともあります。

脳出血は脳血管の壁が脆くなって、血管内の血圧に耐え切れず破れた時に発生します。高血圧が発病に大きく関わっています。くも膜下出血では脳動脈瘤を持っている場合が多く見られます。頭部の外傷が原因となることもあります。アルコールの多飲や抗血小板薬を服用している場合に起こりやすくなります。

脳卒中は一旦回復した後で、再発することがあります。再発すると症状はさらに悪くなりますので、脳卒中の誘因を出来るだけ抑えるようにすることが大切です。

脳卒中に掛かり易い要因を挙げてみましょう。

- 1) 血圧が高い。高血圧と言われているが治療していない。
- 2) 血糖値が高い。糖尿病といわれている。あるいは境界型糖尿病と言われている。
- 3) 脂質異常症がある。
- 4) 煙草を吸っている。
- 5) 両親、兄弟、親戚など血縁者のなかに脳卒中に掛かった人がいる。
- 6) 動悸がしたり、脈が乱れたりする。
- 7) 飲酒量が多い。
- 8) メタボである。
- 9) イライラすることがよくある。
- 10) 睡眠時間が不足している。
- 11) 仕事が多忙で、休養がとれない。
- 12) 朝起きた時、頭重感がよく起こる。
- 13) 年齢が60歳を越えた。

- 14) 塩分の濃い食事が好きである。
- 15) 野菜をあまり食べない。
- 16) 果物をあまり食べない。
- 17) 魚をあまり食べない。
- 18) 歩行時につま先が引っ掛かって、つまずきそうになることが多くなった。
- 19) 最近、急に物忘れがひどくなった。
- 20) 夜間にトイレに行く回数を減らすために、水分はあまり摂らないようにしている。

これらの項目であてはまる項目が多いほど、脳卒中の発病する危険性が高くなります。脳卒中は高齢者で高率に発症してくる病気です。症状の発現してくる前に予防することが大切です。