

元気からだ! Q&A

脳梗塞について

千葉県救急医療センター
診療部長兼神経系治療科部長
古口 徳雄 医師

AQ

夏は脳梗塞が起きやすくて本当ですか？

脳梗塞の原因って？

脳の血管が詰まって起こる脳梗塞は、大きく2タイプに分けられます。一つは血の塊などが流れてきて脳の血管に詰まってしまう「脳塞栓（心原性脳塞栓症）」で、心房細動という不整脈が主な原因です。他方は、動脈硬化により脳の血管が徐々に狭くなり詰まってしまう「脳血栓」です。脳血栓は細い血管が詰まる「ラクナ梗塞」と太い血管が詰まる「アテローム性脳血栓症」に分けられます。

夏に多い脳梗塞、冬に多い脳出血

「脳卒中データベース2015」によると、脳血栓は「ラクナ梗塞」も「アテ

ローム性脳血栓症」も8月に多く2月と12月に少なく、季節別でも夏に多く冬に少ない事が分かっています。ちなみに、ラクナ梗塞の原因と同じ血管が破ける高血圧性脳出血は10月から3月に多く、季節別では冬に多く夏少ないことが知られています。心原性脳塞栓症は、冬に多いと言われています。

脳 梗 塞

(脳の血管が詰まっておこる)

脳塞栓 (心原性脳塞栓症)

血の塊などが流れてきて詰まる

心房細動という不整脈が
主な原因

脳 血 栓

血管が徐々に狭くなり詰まる

動脈硬化により脳の血管が
徐々に細くなる

冬に多い脳梗塞のタイプ

夏に多い脳梗塞のタイプ

※10～3月・冬に多いのは、高血圧性脳出血

季節による違いはなぜ？

季節による発症頻度の違いは、気温による影響が大きいと考えられています。夏の高温により脱水になり、粘調（粘り気があつて濃い状態）になった血液が動脈硬化で狭くなった血管を通りにくくなるためと考えられます。同様の理由で、心筋梗塞も夏に多くなると言われています。一方、冬には低温により血圧が上がるため出血すると考えられます。

夏の脳梗塞の予防

夏の脳梗塞の予防には、脱水にならないことが重要です。脱水予防の基本はこまめな水分補給ですが、水分だけでなく電解質（ミネラル）を同時にとることが大切です。

その理由は、水分だけを補給した場合、低ナトリウム血症などを起こし、意識障害やけいれんを引き起こすことがあるからです。特に、高齢になると体液量が少なくなり、食が細くなることで水分やミネラルの補給が不十分になり、汗による体温調節も十分には機能せず、脱水になりやすい条件が揃っています。水分補給のほか、適切な服装やエアコンの使用など、体温調節の工夫することも大切です。

☒ 病気や医療に関する質問を受付けております。

P.19「ミレニアム読者コミュニケーションカード」4.にご記入ください。

※個別の病気につきましてのご質問には応じかねますので、ご了承ください。

