

脳卒中発症と気象の関係

福永 篤志

共済立川病院脳神経外科

1 はじめに

脳卒中とは、突然発症する脳血管障害の総称であり、通常、脳梗塞、脳出血、くも膜下出血の3疾患をさす。脳卒中も、気象変化により発症が左右される可能性が指摘されており、気象病の1つであるといえる。筆者は、脳神経外科臨床医として、脳卒中発症予防のために気象学を勉強する必要があると考え、気象予報士の資格を取得した。本講演では、脳卒中とは何かを医学的に解説し、具体的事例や画像を供覧しつつ、数多くの医学論文から脳卒中発症と気象の関係を紐解き、最後に、われわれが実践すべき脳卒中予防法について解説する。(引用文献はスライドに提示する)

2 脳卒中について

1) 脳梗塞について

脳梗塞とは、一言でいえば、脳への血管が詰まり脳細胞が死滅する病気である。脳血栓と脳塞栓に大別される。概して前者は、動脈硬化を基礎とし、動脈内の「かさぶた」、すなわち、動脈血栓が原因であるが、後者は、不整脈を基礎とし、静脈内の血塊、すなわち、静脈血栓が原因である。両者の症状、治療、予後はそれぞれ異なる。脳血栓は気温差の激しい日に多いとか、脳塞栓は猛暑日にとくに高齢者に注意など、気象との関係が指摘されている。

2) 脳出血について

脳出血とは、脳内の血管が切れる病気である。主な原因は高血圧であるが、通常基礎として、動脈硬化がある。気温の低い日に多いなどが指摘されている。

3) くも膜下出血について

くも膜下出血とは、脳を包む膜の1つ「くも膜」の下に出血する病態をいい、主な原因は、脳動脈瘤の破裂である。脳動脈瘤は、健常成人の数%に発見され、原因として、遺伝性、動脈硬化、女性、喫煙、過度の飲酒などが考えられている。くも膜下出血の発症時期として、晩春や晩秋、気温の低い日などが指摘されている。

3 脳卒中の予防法について

脳卒中の主原因は動脈硬化であるから、まずは動脈硬化の進行予防が第一である。ただ、ストレスや気象変化などにより血圧が変動し、脳卒中が誘発されることも十分ありうる。気象関連の注意事項として以下があげられる。

1) 脳梗塞の予防法

10°C以上の気温変化がみられる日や、猛暑日には注意が必要である。腎機能、心機能に異常がなければ、適量の飲水を励行し、血栓予防に努めた方が良い。

2) 脳出血の予防法

気温の低い日には注意が必要である。保温に努め、血圧上昇に注意する。

3) くも膜下出血の予防法

冷水刺激、温度差などに注意する。炊事に手袋を使用し、保温に努める。

4 おわりに

脳卒中予防の原則は動脈硬化予防である。それに加え、気象変化にも注意するのが望ましい。