

すこやかコラム

よく耳にするあの病気 脳卒中 ～脳卒中は突然に！～

脳卒中という「冬の病気」というイメージですが、実は夏も用心が必要な病気です。脳卒中は、主に血管が詰まっておこる脳梗塞、血管が破れておこる脳出血とくも膜下出血が含まれ、突然脳血管の血流障害が生じ、急に手足がしびれたり動けなくなったり言葉が話せなくなったりし、意識が無くなって倒れたりもします。



夏に多い理由は、汗を大量にかくと血液中の水分が不足します。すると、血液がドロドロの状態になり血栓ができやすい状態なのです。また、夏は体の熱を放出しようとして血管が拡張しやすく、拡張すると血流が遅くなって、ゆっくり流れているうちに血液内の成分が固まりやすくなり血栓ができ、血管の詰まりに繋がるのです。健康な状態であれば問題はありませんが、体の調節機能が低下している方や高齢者は、脳梗塞に注意しましょう。



脳卒中の症状が出た場合には、可能な限り早く救急車を呼んで、病院を受診しましょう。脳梗塞では、発症してから4.5時間以内の患者さんのみに行える特殊な治療（t-PA 静注療法）があります。脳の太い血管が詰まって症状が重い場合には、カテーテルによる血管の詰まりを取る治療（血栓回収療法）もあります。どちらの治療も早ければ早いほど有効性が高く、後遺症を軽くする可能性があります。時間が経ってしまった脳梗塞では、脳の血流を再開させても症状が改善しないことがあり、可能な限り早く治療することが重要です。

特に、夜中に目が覚めたときや夜寝る前に症状が出現したときには、様子を見ずに迷わず救急車を呼びましょう。一時的に症状が改善しても、それが重度の脳梗塞の前兆であり、危険なサインであることもあります。

（広報 黒原久美子）

4月9日は子宮の日です ～20歳になったら子宮頸がん検診を～

宮崎県は2021年子宮がん死亡率全国ワースト1位で、30歳代から40歳代の方に子宮頸がんにかかる人が増えています。子宮頸がんは、がんの中でも主な原因が解明されており、HPVワクチンと子宮頸がん検診でほぼ100%予防でき早期発見されることで治療も可能ながんです。



清山宮崎市長表敬訪問



街頭キャンペーン

QサンテQ クイズ

介護される要介護者を
介護する介護者で
一番多いのは誰でしょう？

- A 実の子供
- B 子どもの配偶者
- C 配偶者
- D 施設などの介護職員

応募方法

サンテクイズに正解した方の中から抽選で3名の方にクオカード1,000円分をプレゼントします。必要事項をご記入の上、宮崎県健康づくり協会HPのサンテクイズ応募フォーム、または、ハガキにてご応募ください。いただいた個人情報は、プレゼント発送のみに使用させていただきます。

前回のサンテクイズの答え B.ソーシャル・マーケティング でした！

< 必要事項 >

- ① サンテクイズの答え
- ② 年齢
- ③ お名前
- ④ 郵便番号、住所
- ⑤ サンテの感想、ご意見など

応募締切 **令和6年8月23日(金) 当日消印有効**

当選者の発表は、プレゼント発送をもって代えさせていただきます。クイズの答えは次号で発表します。



応募先

応募フォームはコチラ▲

〒880-0032 宮崎市霧島1-1-2
宮崎県健康づくり協会「サンテ宮崎」係

編集後記

今年度は、長年サンテを担当してきて初めて編集後記を書いてみます。毎号皆様から暖かいメッセージをいただき、次回号への励みになっております。いつも「今知りたいことは何かな」と迷っていますが、皆様の「知りたい」に近づけるよう今後ともご意見や感想をよろしくお願いたします。