

# こんにちは 保健師です

ては、新たに認定を受けた方の原因疾患でも「脳血管疾患」が要因となつていらっしゃる方が、前年度に比べ2倍ほど増加しているのが現状です。

う方に多く出会い、なんとか予防したいという思いを強くしました。

そこで、今回はこれまで脳梗塞となり、今は元気に暮らしている方にインタビューをさせてもらいました。

▼質問1 どんな症状が出ましたか？

Aさん：半年くらい前から口の動きが悪く、話にくいと感じていましたが、毎日晩酌するのでそのせいかと思っていました。

Bさん：夜、ソファーに横になっていたら、天井が走ったように見えました（天井の様子は、線ではないのに線のようには走って見えなかった）。

Cさん：その時のことは、記憶がありません。

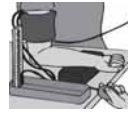
Dさん：夜中にトイレに行くことと足が絡まり歩くことができませんでした。

Aさん：もともと高い方で、高いときには200以上ありました。

Bさん：血圧は高くない方でしたが、病気後は血圧の薬を飲んでいました。

Dさん：高かったと思います。が、それほど気にしていませんでした。

このように、日頃からの血圧管理も大切なことがわかります。



る事が一番（回復には効果的）、「人に会って話をしたり、リハビリも本人が頑張らないとダメだと感じる」というお話もいただきました。やはり早期発見・早期治療とリハビリが大切なんですね。

脳梗塞になる危険性は、誰にもないとは言えず、日頃からの予防が大切です。

健康管理のための血圧手帳も配布していますので、気になることがあれば、いつでもご相談ください。（安平町地域包括支援センター ☎ 254555）

今冬に姪っ子が生まれ、春には弟が安平町に戻り家族三世代楽しく暮らしている地域包括支援センター（健康福祉課 国保・介護グループ） 保健師の白石です。

今回は、若いうちからご家族で健康管理に注意して欲しい脳血管疾患について、要介護認定の現状からお話したいと思います。

表1 要介護認定者（65歳以上）の原因疾患  
（第2号被保険者：40歳～64歳までの認定者のこと）

	平成24年度	平成25年度
第1位	脳血管疾患 91人 (うち2名が第2号被保険者)	脳血管疾患 89人
第2位	認知症 89人	運動器系 85人
第3位	運動器系 85人	高血圧 85人 (うち2名が被保険者) 認知症 85人

## 安平町の要介護認定状況

表1は平成24、25年度の要介護認定状況です。2年連続で要介護認定原因疾患の第1位は「脳血管疾患」でした。さらに、平成25年度におい

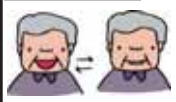
脳疾患を疑つさまざまな症状も脳梗塞などにより、歩く・服を着る・自分の伝えたいことを話すなど、今までできていたことが難しくなつたとい

この回答から、脳梗塞といつても人により症状が様々ということがわかります。

▼質問2 症状が出る前の日頃の血圧はどうでしたか？

### ▶脳梗塞簡易チェック法「FAST」◀

Face（顔）：にっこり笑ってみてください。顔の片方しか動かないという方は、疑いあり。



Arm（腕）：目をつぶって両腕を前に出して肩の高さまで挙げて手のひらを上に向けてみてください。片方の腕がゆっくり下がってきたら、疑いあり。



Speech（会話）：「太郎が花子にりんごをあげた」と言ってみてください。うまく言えなかったり、ろれつが回らなかったら、疑いあり。



Time（時）：上記の3項目に一つでも当てはまる症状があれば時を移さず病院へ。

