

脳梗塞 夏も要注意



この年齢になって、今更どうにもならないことばかり、いろいろ思い出す。そういえば、あのひとも夏だった。

65歳になる高血圧と糖尿病のYさん。朝、起きたら、右手がおかしい。しびれたような、力が入らないような、変な感じだ。手が体の下にならなっていたせいではなかった。MRI（磁気共鳴画像装置）で検査をしたら、「脳梗塞」だった。脳の細い血管が詰まっていた。いまだに、箸が持ちにくい。字が上手く書けない。

一般に、脳血管障害は冬の寒い時期に多いと思われる。確かに、脳出血やくも膜下出血は夏に

脱水で血液ドロドロ

は少ない。だが、脳梗塞は、1年を通して発症する。しかも、夏は秋より発症しやすい。夏でコワイものは、熱中症だけではないのだ。病気知らずの若いひとでも脳梗塞を起こす。脱水のせいで、血液がドロドロになるからだが、それも稀なことではない。

まして高齢者は、いくつか病気をかかえている。すでに、脳の血管が傷ついていることが多い。その分、脳梗塞の危険性は高くなる。さらに、暑い日には、全身の血管が拡張し、血圧が下がる。高血圧で薬をのんでいるひとでも、夏には驚くほど血圧が低くなっていることがある。立ちくらみをするよ

小まめに水分補給を

うなら、赤信号だ。血圧が下がれば、脳の血流も悪くなる。血液が濃くなっていれば、脳の血管に血栓ができて詰まる。脳梗塞だ。

ことに、夜は要注意。脳梗塞の4割は睡眠中に起きる。睡眠中、平均で約500ccの水分が失われる。気温が高ければ、失われる水分量は多くなる。寝ているだけで、脱水になるかも。小まめな水分補給は欠かせない。Yさんには、「寝る前に水。トイレに起きて、喉が渇いていたら水を」と、ワッシーは念仏のように繰り返していた。が、どうも念仏だけではダメらしい。

（石黒修三 しいしくるクリニック）
脳神経外科専門医、金沢市在住