医療法人育生会篠塚病院　北関東神経疾患センター
患者様向け情報誌

みどり

120号　『脳血管障害-3』

2018年3月1日発行／編集責任者　田中　眞／毎月1日発行／群馬県藤岡市篠塚105-1
http://www.shinozuka-hp.or.jp/center/

先月までは脳の血管が詰まっておこる「脳梗塞」についてお話しました．今月は脳の血管が破れておこる「脳出血」についてです．

脳出血の疫学

昭和 55 年までは，脳血管障害（脳出血や脳梗塞の総称）は日本人の死亡原因の第１位で，その多くは脳内出血でした．これは日本人が味噌汁や漬物など塩分を多く含む食べ物を好み，脳内出血の最大の原因である高血圧が多かったかためと考えられます．

その後，食生活の変化とともに高血圧は回避されるようになり，高血圧の治療も進歩したため，脳内出血で亡くなる方は減少しました．現在，脳血管障害は日本人の死亡原因の第４位（1 位：悪性新生物，2 位：心疾患，３位：肺炎）で，脳内出血よりも脳梗塞が占める割合のほうが多くなっています．

脳出血の分類

脳の内部の細い血管から出血する「脳内出血」と，脳の外表面を走る大きな血管にできたコブ（動脈瘤）が破れて出血する「クモ膜下出血」があります．今回は主に「脳内出血」についてご説明します．

脳内出血の原因

1．高血圧

脳内出血の最大の原因です．血圧が高いことで脳の血管に慢性的に負担がかかってもろくなり，破れて出血しやすくなります．

２．抗血小板薬，抗凝固薬の内服

最近は高齢化にともない，心筋梗塞や脳梗塞，心房細動などの疾患を合併されている方も多く，その管理や再発の予防に抗血小板薬や抗凝固薬など，血液をサラサラにして血を固まりにくくする作用がある薬を内服している方も多くなっています．代表的な薬が「アスピリン」や「ワーファリン」です．これらの薬を服用していると出血しやすくなり，一度出血すると止まりにくくなってしまうという副作用があります．

3．アミロイドアンギオパチー

これも近年増加している原因の一つです．「アミロイド」という特殊なたんぱく質が脳の血管壁にたまることで脳の血管がもろくなり，脳出血をおこすタイプです．このタイプの出血は脳の様々な場所で繰り返しおき，1 回の出血の範囲も広いことが多いため，重症化することもあります．

４．その他

以上の原因に比べると頻度は高くはありませんが，脳の血管の奇形で先天的に脳の血管がもろい場合もあります．

脳内出血の部位と症状

脳梗塞と同様，どの部位に出血がおきたかで症状は様々です．手足の麻痺やしびれ，ふらつき，呂律が回らない，視野障害など，多様な症状が出現します．出血が多い場合や，出血した場所によっては意識障害をおこします．

脳内出血をおこしやすい場所はいくつかあり，それぞれ特徴的な症状を示すのでそれが診断の助けになることがあります（表１）．

出血の場所（頻度）	症状
被殻（40～50%）	半身の運動・感覚障害 両眼が出血の側をむく
視床（30%）	意識障害 半身の感覚障害,
小脳（10%）	めまい，嘔吐，ふらつき，構音障害, 両眼が出血の反対側をむく
橋（10%）	意識障害 片側か両側の運動・感覚障害 縮瞳（瞳孔が小さくなる）
皮質下（10%）	半身の麻痺，半盲（片側だけ見えない）

表 1:　脳内出血の好発部位と症状

脳内出血の診断

脳内出血を疑ったら，まず頭部 CT を撮影します．脳内出血は出血直後から CT で高吸収に（白く）なります．出血の場所を確認するとともに，出血による脳の変化（健側が病側に圧迫をうけていないか，どの程度脳がむくんでいるか）などを確認します．血管の異常や動脈瘤が疑われる場合には，頭部 MRI や MRA を撮影することもあります．

脳内出血の治療

1. 血圧コントロール

血圧が高いと出血がどんどん大きくなってしまうため，血圧のコントロールを行います．抗血小板薬や抗凝固薬を服用していた場合には中止して，少しでも出血が止まりやすいようにします．

２．脳浮腫の軽減

出血周囲の脳は腫れてしまい，それが脳を圧迫して症状をさらに悪化させるので，腫れを軽減させる薬を使います．

３．手術

大きな脳内出血では，手術で血の塊を取り除いて圧迫を軽減させる治療を行うこともあります．

脳内出血の予防（危険因子の管理）

血圧の管理が重要です．適切な血圧を維持するために降圧剤を服用するだけではなく，塩分のとりすぎに注意する，適度な運動を行う，喫煙や大量の飲酒は避けるなど，生活習慣病の予防と管理が必要です．

＊　＊　＊　＊　＊

脳内出血の予防に関しては,「緑黄色野菜や果物を多く摂取する人では脳出血を起こす割合が低かった」と報告する研究結果もあります．このあたりは脳出血ばかりでなく脳梗塞の予防にも通じるところです．

（文責:池田祥恵）