



人生100年時代の健康管理  
 桐生大学 桐生大学国際薬師学長 山科 章

# 脳卒中、初期症状を見逃さない！

は年間約11万人で、死因の約8・2%を占めています。脳卒中は高齢者に多く、

【プロフィール】広島県生まれ。1976年広島大学医学部卒業後、聖路加国際病院内科勤務。99年東京医科大学循環器内科主任教授。2020年から現職。総合内科専門医、日本循環器学会専門医、元日本循環器病予防学会理事長。

と考えると、今からしっかりと予防策を講じましょう。ただし、それでも脳卒中を発症することがあります。発症時の迅速な対応が、死亡や後遺症のリスクを下げる重要な鍵となります。

意識障害や半身まひがあれば、誰でも気づくかと思えますが、軽症な場合や起こり始めは、分かりにくいこと

脳卒中から大切な人生を守るために



脳卒中は、脳梗塞・脳動脈硬化・脳出血による脳の血管障害で、手足の麻痺、言語障害、意識障害などの症状を引き起こす。予防と早期発見が重要である。

## 脳卒中は、

- 寝たきりの原因の第1位<sup>1)</sup>
- 介護の原因の第2位<sup>2)</sup>
- 死亡の原因の第4位<sup>3)</sup>

### 脳卒中 予防に勝る薬なし

もし発症したら minutes can save lives. 迅速な要援が人生を救う！

2022年日本脳卒中学会・心臓病学会学術大会「脳卒中と心血管病の最新動向」の講演内容です。

脳卒中は予防がもともと大事ですが、もし発症したら、死亡や後遺症のリスクを下げるために、初期の症状を見逃さず、迅速に対応することが重要です。そのために、ACT FASTを見逃さない。

## アクト ファスト ACT FAST



**顔 (Face)**  
片側が下がって動かかない。



**腕 (Arm)**  
片側の腕に入れがら。



**言葉 (Speech)**  
意味が通らない・言葉がでない・話さなくなることが理解できない。

FASTは、Face, Arm, Speech, Timeの略文字です。1つでもふたつも見逃しが危険です。脳卒中の発症のサインがわかります。



**すぐに (Time)**  
救急車を呼んでください。(ACT)



日本脳卒中協会  
The Japan Stroke Association

2023年3月9日

前回、日本脳卒中協会「脳卒中予防10カ条」おまひ「脳卒中克服10カ条」を紹介しました。そういった発発活動に加えて、高血圧などの治療の普及や、り、脳卒中の患者数も脳卒中から下る方向へ変わってきています。

い病気で、初発では9割が65歳以上、再発でも9割以上が60歳以上です。しかし、30〜40歳代で発症する一若年性卒中を疑ってみましょう。米国籍卒中機構は、専門的な知識がなくて

も、脳卒中の初期症状を一般の方がキャッチし、行動ACT FASTに移するためのACT FAST (アクト、ファスト) を提唱しました。

図は日本脳卒中協会が発刊の「脳卒中」です。FASTはFace (顔)、Arm (腕)、Speech (言葉)のチェックと、Time (時間)の頭文字を組み合わせた文字です。FASTをみるポイントを紹介。

Faceは、笑って、口を開いて、口を開いていない、言葉が出ていない場合が異常です。Armは、目を閉じて胸の前に両腕を伸ばし、手のひらを上にしてから秒間キープしてもらいます。片方だけだと正常ですが、片方だけだと正常です。Eyeは、目を閉じて胸の前に両腕を伸ばし、手のひらを上にしてから秒間キープしてもらいます。片方だけだと正常ですが、片方だけだと正常です。Speechは、言葉がスムーズに話せない場合が異常です。Timeは、目覚めが悪い場合が異常です。

※次回はいよいよ、脳卒中の診断方法について話します。

※次回はいよいよ、脳卒中の診断方法について話します。

◆毎週月曜連載 桐生大学・桐生大学短期大学部副学長の山科章さんは、同大学医療保健学部の学生などに講義も開講している。

## 保健・福祉