

知れば安心！脳卒中のサイン

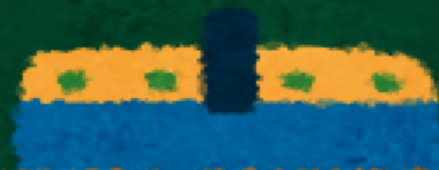


かわせみん

埼玉医科大学国際医療センター
脳卒中リハビリテーション看護認定看護師
糟谷 奈緒

本日の内容

- ・ 脳卒中と関連因子、治療について
- ・ これがあると「脳卒中かもしれない！」脳卒中のサイン
- ・ たった今画面の前で実践！
今日から脳卒中のサインを見逃さない質問
- ・ 様子を見がちな一過性脳虚血発作（TIA）は絶対に受診！



脳卒中の関連因子と治療

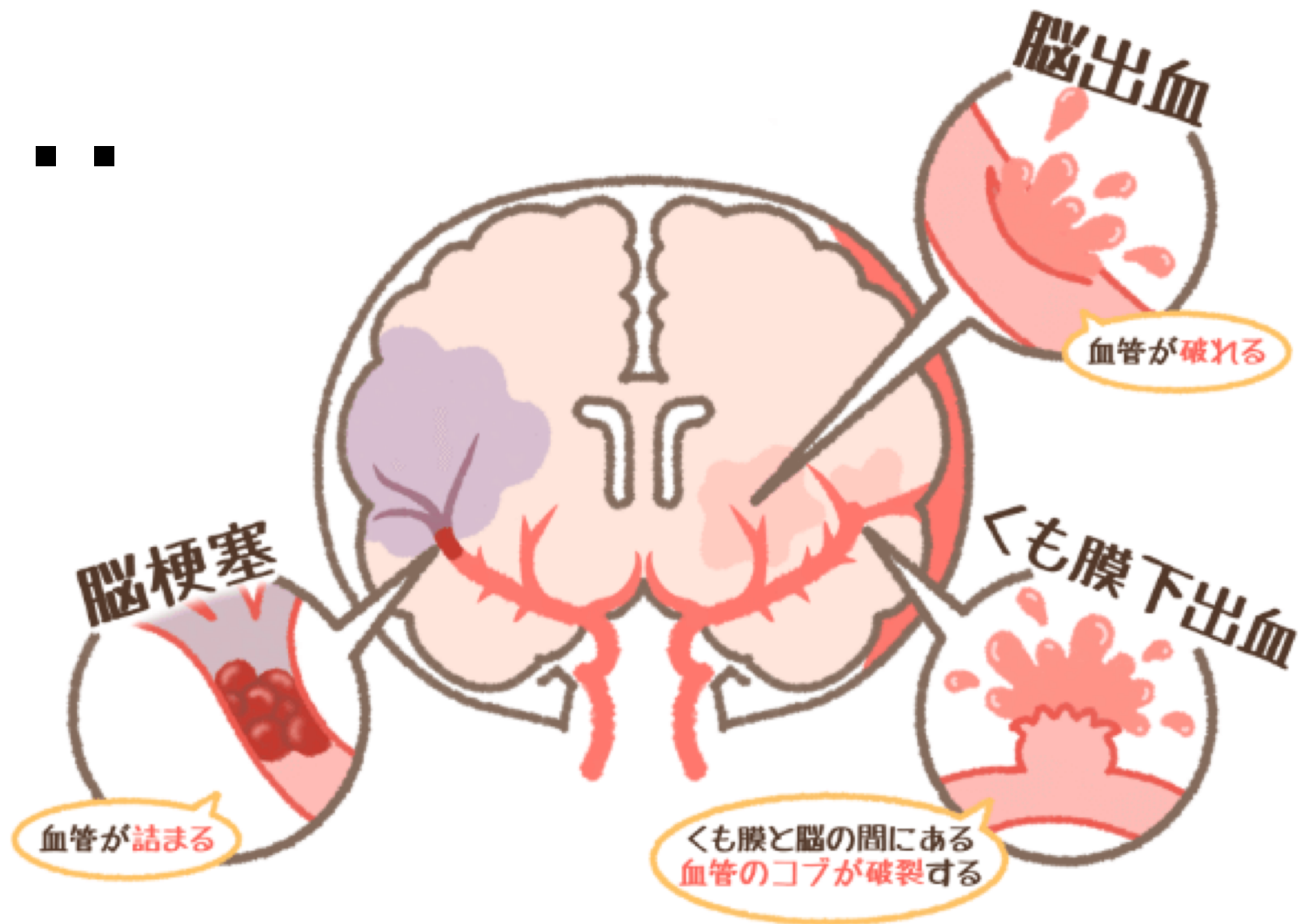
脳卒中になりやすい
関連因子って何だっけ

どんな治療をするんだろう



「脳卒中」って よく聞くけど・・・

- ・脳梗塞
- ・脳出血
- ・くも膜下出血



脳卒中予防十か条（日本脳卒中協会）

手始めに 高血圧から 治しましょう

高すぎる コレステロールも 見逃すな

糖尿病 放っておいたら 悔い残る

お食事の 塩分・脂肪 控えめに

不整脈 見つかれば次第 すぐ受診

体力に 合った運動 続けよう

予防には たばこを止める 意思を持って

万病の 引き金になる 太りすぎ

飲むならば なるべく少なく アルコール

脳卒中 起きたらすぐに 病院へ

家庭血圧 注意の目安

上の血圧が115未満、
下の血圧が75未満なら正常

115/75超は要注意
135/85超は要治療

たばこ

ニコチンなどの有害物質



血管を収縮



血流の阻害・血栓が増加

百害あって一利なし

たばこを吸う
場所にいかない

運動をする

ガムや
あめをなめる



加熱式たばこも有害です

飲酒

アルコール換算で1日平均10g相当量

2025年まで
「アルコール 控えめは薬 すぎれば毒」

今は
「飲むならば なるべく少なく
アルコール」

節酒（1日飲酒量の目安）

ビールなら

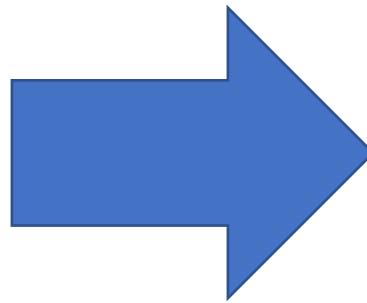


中びん1本
(500mL)

日本酒なら
(焼酎なら半分)



1合
(180mL)



ビールなら



中瓶1/2本

日本酒なら



0.5合

焼酎なら



50ml

純アルコール量が大切

純アルコール量
= 飲む量 × 度数 × 0.8

$$500\text{ml} \times 0.05 \times 0.8 = 20\text{g}$$



どんな治療をするのか(急性期)

脳梗塞	脳出血	くも膜下出血
【薬物療法】 ・ 血栓溶解療法 薬で血栓を溶かし再開通 【カテーテル治療】 ・ 血栓回収療法 カテーテルで血栓を吸引、絡めとって体外へ除去	【手術】 ・ 開頭血腫除去 出血した部位の血腫を取る ・ ドレナージ 出血した部位にドレーンを入れて体外に排出させる（数日後抜去） ※手術をしない場合もある	【手術】 ・ 開頭ネッククリッピング術 動脈瘤にクリップをして出血しないようにする ・ 血管内治療 動脈瘤にプラチナコイルを詰めたり、ステントを入れて出血しないようにする

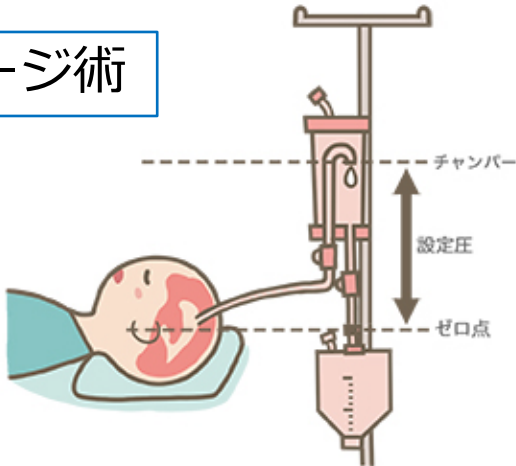
薬物療法、血圧管理、合併症予防、リハビリテーションなど

ステントリトリバー
(血栓を絡めて除去する)

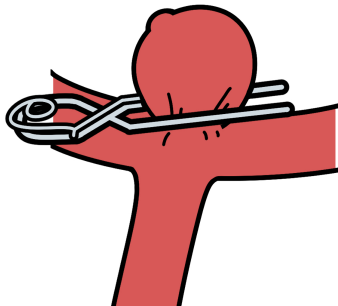


ストライカーHPより

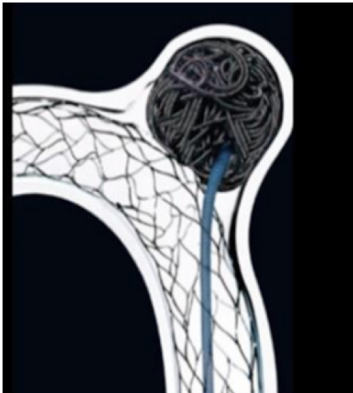
ドレナージ術



クリッピング術



コイル塞栓術



日経メディカルHPより

どうして様子を見てはいけないのか

- ・寝たからといってよくならない（むしろ悪化する）

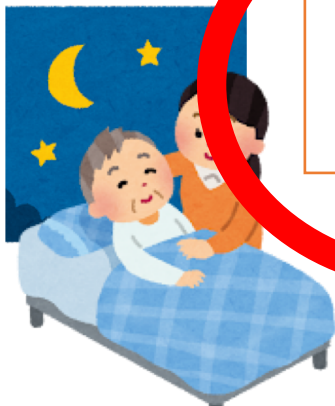
- ・治療が遅いと後遺症が重くなる可能性がある
くも膜下出血は再出血すると死亡率が高くなる

- ・発症の時間によって適切な治療や薬剤が **発見されてからではない！**

発症＝最終健在時刻は21時

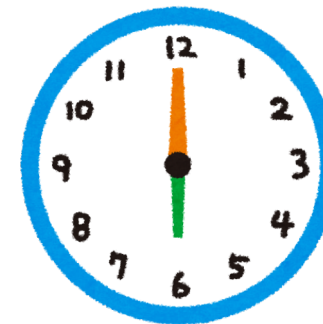
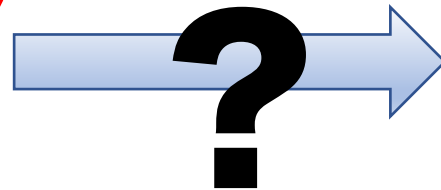
（発症時刻）から4.5時間以内

血栓回収療法は発症から24時間以内（条件が揃えば）



21時
就寝

寝ていた時に
発症したら



6時 起床
症状あり

症例 20代女性 脳梗塞

??
気のせい
かな

1/14

20:00頃

ランニング中に左上下肢の麻痺が出現したが、
改善したため様子を見た



1/15 18:00頃

左上下肢の麻痺と感覚障害が出現し救急車要請
当院へ搬送 血栓回収施行→再開通できず、麻痺の進行あり

入院中

血管バイパス術施行
その後は薬物療法、リハビリテーション



後遺症が
残ってしまう
なんて

2/27 転院

回復期リハビリテーション病院へ転院
(意識レベルJCS 1 麻痺残存)

症状の悪化を防ぐためにも

いつもと何か違うな？と思ったら119！！

でも・・・

「こんなことで電話して」
「なんで来たの？」
とか言われたら・・・

これで何も異常なくて
「おおごとにして・・・」って
迷惑がられたら・・・

「どうしてこんな軽症患者を
送ってくるんだ」って
怒られたら・・・

**本当に「119」
していいのかな？？**



脳卒中のサイン



これが分かれば、
少し自信がつくかも！

主な症状はどんなものか？

病型や部位・程度により、さまざま



今までに経験したことの無い
頭痛（吐き気を伴う）



片方の手足の脱力（麻痺）
しびれ（感覚障害）



顔の片側の麻痺



一時的に視力が低下して
見えづらい、視野が欠ける



思ったことが言葉にならない
るれつが回らない

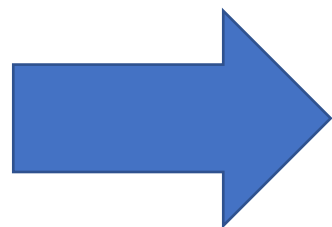


意識障害(反応が乏しい)



脳卒中のサインだ！
脳卒中かもしれない！

って思える方法は
あるのかな？



ビーファスト

BE-FAST

というものがあります！

BE-FAST



Balance

Watch for sudden loss of balance



Eyes

Check for vision loss



Face

Look for an uneven smile



Arm

Check if one arm is weak



Speech

Listen for slurred speech



Time

Call **911** right away

【バランス(平衡感覚)】

歩行障害、下肢の脱力・麻痺

【アイズ(目)】

視野が欠ける、物が二重に見える

【フェイス(顔面)】

片側の顔面の麻痺

【アーム(腕)】

片側の上肢が拳がりにくい・痺れる

【スピーチ(言語)】

言葉が出ない、ろれつが回らない

【タイム(時間)】

症状が出た時間を記録してすぐ119番

BE-FASTを 実践してみましよう！

皆さんはそのままミュートでも画面オフでも大丈夫です
もしもの時に備えて、声に出してやってみましょう！

BE-FAST

【バランス(平衡感覚)】

「歩いてみてください」



Balance

Watch for sudden loss of balance



Eyes

Check for vision loss



Face

Look for an uneven smile



Arm

Check if one arm is weak



Speech

Listen for slurred speech



Time

Call **911** right away



脳卒中かも！

いつもより歩行がふらつく、歩けない

BE-FAST

【アイズ（目）】

「目は見えにくいですか」



Balance



Eyes

Check for vision loss



Face

Look for an uneven smile



Arm

Check if one arm is weak



Speech

Listen for slurred speech



Time

Call 911 right away



右側が
見えにくいなあ

脳卒中かも！

視野が欠けたり、物が二重になったり
して見えにくい

BE-FAST

【フェイス（顔面）】



Balance

Watch for sudden loss of balance



Eyes



Face

Look for an uneven smile



Arm

Check if one arm is weak



Speech

Listen for slurred speech



Time

Call **911** right away

「くちを、いーっとして下さい」



脳卒中かも！

顔の左右で違いがある
片方の口角が上がらない、顔が歪んでいる

BE-FAST

【アーム（腕）】

「目をつぶって、
手のひらを上に向けて、
腕を上げていてください」



Balance

Watch for sudden loss of balance



Eyes

Check for vision loss



Face

Look for an uneven smile



Arm

Check if one arm is weak



Speech

Listen for slurred speech



Time

Call **911** right away

脳卒中かも！

10秒以内にフラフラと動揺したり、
片方の腕が内側に向いたり、下垂する

BE-FAST

【スピーチ（言語）】

「『今日はいいい天気です』と
言ってみてください」



Balance

Watch for sudden loss of balance



Eyes

Check for vision loss



Face

Look for an uneven smile



Arm



Speech

Listen for slurred speech



Time

Call **911** right away



脳卒中かも！

呂律が回っていない、言葉が不明瞭、
言葉が出ない



Time

Call 911 right away

何かひとつでも当てはまったら すぐに119番をお願いします。

調子はいかが
ですか？

さっきから
左手が
拳がりにくい

イーってして
歯を見せて

これは
何？

119 !

10秒両腕を
上げて

いー

えがね
(めがね)

発症後すぐに
来てくれて
治療できた

ご準備いただくと助かるもの

- ・ 情報：お薬手帳（薬そのもの）、体重、既往歴、アレルギー
- ・ 発症時刻（症状出現の時間）・健在時刻（いつも通りの時間）の把握
- ・ ご家族やキーパーソンの連絡先

様子を見てたら
寝たきりかも・・・



症状が出た！と思ったら おさまってしまった？！

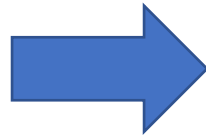
さっきまで
言葉が出にくかったのになあ



一旦良くなったら大丈夫かなと様子を見がちな 「一過性脳虚血発作」 = 脳梗塞の前ぶれです

- ・ 血の塊が血管に詰まって症状が出たが、その後症状が消失する
- ・ 2、3分～1時間程度で症状が消失した→たまたま開通しただけ
- ・ 1回詰まったということは、また起こる可能性があるということ

90日以内に
脳梗塞を発症する
確率が高い



発症を予防するために
早期に治療する必要がある



症例 50代男性 一過性脳虚血発作

5/16

20:15

外食中に顔面麻痺、左半身の麻痺が出現したのを家族が目撃

→救急車要請



(救急隊到着時には症状消失、症状持続時間15分程度)

21:02

当院へ搬送、脳卒中センターに入院 (意識清明、症状なし)
→抗血小板薬2剤での治療開始

入院中

リハビリ開始 エコーや画像検査など実施
糖尿病や脂質異常症の管理

5/28 退院

意識清明、症状の再発なくADL自立で自宅退院
(近医での外来フォロー)



脳卒中は時間との勝負！！

歩いてきた方でも、軽症でも受け入れていきます。

サインがあったら、119番をお願いします。

Please



不安な時は、「救急電話相談」ダイヤルへ

#7119 (24時間365日)

または048-824-4199

よいきゅーきゅー



こんな症状があるけど、救急車を呼んでいいのだろうか？



看護師が電話で相談に応じます

「もっと詳しく学んでみたいな」

と思ってくださった方へ



とっておきの
機会がありますよー！！！！

PSLSコース Prehospital Stroke Life Support＝脳卒中病院前救護

現在、介護職の方や地域の看護師さんの参加をお待ちしております！！



座学で治療について
知識を得たり



実際にみんなで
FASTを実施したり

当院で**受講料無料**で開催しています

1年に4回、3月・6月・9月・12月の第3火曜日

→ 12月15日（火）、2027年3月16日（火）

今年度は
あと2回！

PSLS 埼玉医大



または、埼玉医科大学**国際医療センター教育支援センター**へ
お問い合わせください。

E-mail : kyoikuc@saitama-med.ac.jp

脳卒中相談窓口

も是非ご利用ください

TEL:042-984-0608

8:30~17:00

(日曜祝日・年末年始を除く)

不安解決のお手伝いをさせていただきます

脳卒中相談窓口 外来 始めました

相談内容

- 脳卒中の治療・後遺症、予防について
- 治療・手術に関すること（入院中のこと・期間など）
- 急に脳卒中になってどうしたらいいかわからない。
- その他、脳卒中に関することであれば、何でもOK。



予約制：毎週水曜日 9:00~11:30
(予約センター：TEL 042-984-0474)

対象：脳卒中に関する相談がある方全員

相談料：無料

心臓病・脳卒中センター外来
スタッフに、お気軽にお声掛け下さい

場所：E棟脳卒中相談室（相談室4）
(がん相談支援センター近く)

担当：脳卒中療養相談士



電話・メール相談も継続しています
★TEL：042-984-0608
<電話対応時間>
月～土曜日 8:30～17:00
相談内容により、ご返答に
数日お時間をいただきます。

メール相談
はこちら



問い合わせ先：心臓病・脳卒中センター外来 内田（5374）

- ・当院にIDがない方の相談も受け付けております
- ・脳卒中療養相談士の講習を受けた看護師が対応します
- ・相談窓口のメンバー：医師・看護師・薬剤師・栄養士・MSW・PT・OT・ST
- ・昨年より認定看護師による外来も週1回で始めました

脳卒中相談窓口

メールでの相談も受けております
(返信にお時間をいただきます)

【脳卒中】 相談フォーム

nw1165@5931.saitama-med.ac.jp [アカウントを切り替える](#)

* 必須の質問です

メールアドレス *

メールアドレス

相談者と患者さんの関係 *

- ☐ 患者本人
- ☐ 家族
- ☐ 友人・知人
- ☐ 一般
- ☐ 医療・福祉関係者

The screenshot shows a web browser window with the URL <https://saitama-hokatsu.com/nou-shin/consultation/>. The page title is "相談をご希望の方" (For those who wish to consult). Under the "Webで相談希望の方" (For those who wish to consult via web) section, there is a "お問い合わせフォーム" (Inquiry form) on the left and a main content area on the right. The main content area contains the text: "脳卒中と心臓病でお問い合わせフォームが異なりますのでご注意ください。" (Please be aware that the inquiry form differs for stroke and heart disease). Below this text are two blue buttons: "脳卒中についてご相談の方" (For those who wish to consult about stroke) and "心臓病についてご相談の方" (For those who wish to consult about heart disease). Further down, there is a note: "※ドメイン指定受信を設定している場合は、「@saitama-med.ac.jp」からのメールを受信できるように設定をお願い致します。" (If you have set up domain-specific reception, please set it up so that we can receive emails from @saitama-med.ac.jp). Below this is another note: "※返信に少々お時間をいただくことをご了承ください。" (Please understand that it may take some time for our reply). At the bottom, there is a note: "※お電話による返答とさせていただく場合もあります。" (We may also provide answers by phone). At the very bottom right of the form, there is a blue button that says "ページの先頭へ戻る" (Return to the top of the page) with an upward arrow icon.

「脳卒中サロン」開催のお知らせ

- ・脳卒中患者さん、ご家族の方の情報交換の場です
- ・講座終了後に、ブースを設ける予定です

第39回市民公開講座終了後

場所：埼玉医科大学国際医療センター
30周年記念講堂
日時：2026年11月28日（土）
15:30頃を予定



ご清聴ありがとうございました

