

専門看護師・認定看護師 NEWS

2023年2月発行



独立行政法人 国立病院機構
福岡東医療センター

かわぐち しんいちろう

川口 慎一郎 (救命センター)

脳卒中リハビリテーション看護認定看護師

福岡東医療センターには脳卒中リハビリテーション看護認定看護師が在籍しています。病気が重篤化することを回避したり、異常の早期発見のための観察やケア、障害を抱えても日常生活を送ることができるよう支援を行い、他職種と連携しながら早期からリハビリテーションを実施するなどの役割を担っています。

今回は脳卒中についてです。脳卒中とは脳梗塞・脳出血・くも膜下出血の事を言います。脳卒中は、**高血圧・糖尿病・脂質異常症・喫煙・不整脈（心房細動）**があると起こりやすい病気です。これらを生活習慣病といいます。脳梗塞予防のために、生活習慣病を「**しっかり治療**」「**しっかり対策**」しましょう！



脳卒中の5大リスク(危険因子)

高血圧



糖尿病



脂質異常症



喫煙



不整脈
(心房細動)



予防
方法



生活習慣の改善

●食べ過ぎや塩分、脂肪分、飲酒を控える



●適度な運動



●水分をこまめにとる



●疲れやストレスをためない



●禁煙する



喫煙により
脳梗塞は1.9倍、くも膜下出血では2.9倍に増える

脳卒中の代表的な症状



半身の麻痺
しびれ

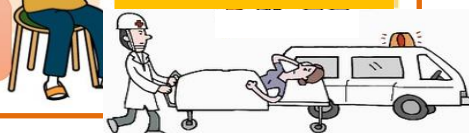
呂律が回らない
言葉が出ない



フラフラする
立てない
歩けない

片方の目が見えない
物が2つに見える

こんな症状が
あったらすぐに病
院を受診しましよ
う！！



■脳卒中の症状に少しでも

早く気づくことが大切です。

★上記のリスクを予防し生活習慣

の改善に努めていきましょう。

