

## 世界脳卒中デーの啓発活動について

### 1 ライトアップ実施日

令和5年10月29日（日）18時（日没後）～22時

### 2 ライトアップ場所

高知城

### 3 ライトアップの目的

世界脳卒中機構は、10月29日を「世界脳卒中デー」として、世界各地で脳卒中の予防、治療、療養を喚起する啓発運動を行っています。県内でも、高知城をライトアップすることにより、脳卒中の発症予防や治療の継続などを県民に啓発することを目的としています。

### 4 脳卒中の状況

高知県の脳血管疾患年齢調整死亡率は、減少傾向であり、男女とも全国平均並みに近づいていますが、全国より高い状況です。

また、高知県の令和4年度の脳血管疾患発症者数は3048人となっています。発症者のうち78%は高血圧症、40%は脂質異常症罹患患者であることから、発症予防のためには、健康的な生活習慣による動脈硬化の抑制が重要です。

脳卒中は、発症後できるだけ早期に適切な治療を開始することで、後遺症を軽減できることから、発症が疑われる場合は、速やかに受診することが必要です。

県では、第4期日本一の健康長寿県構想の1つめの柱「健康寿命の延伸に向けた意識醸成と行動変容の促進」において、脳卒中等を始めとする血管病の発症・重症化予防対策に取り組んでいます。

#### （1）脳卒中とは

脳卒中とは、脳の血管がつまったり破れたりすることで脳の血管に障害を起こす病気を指します。多くは、前触れなく突然発症する点が特徴です。

脳卒中には、脳血管を閉塞する脳梗塞、脳の血管が破綻し脳内に出血する脳出血、脳動脈瘤が破綻し、くも膜下腔に出血するくも膜下出血があります。

脳卒中を発症すると、出血による脳内の圧迫、脳内や心臓でできた血栓が詰まって生じる酸素不足によって脳細胞が部分的に死滅し、その場所に対応してさまざまな障害が後遺症として残ることがあります。場合によっては、死に直結するケースも少なからずあります。

## (2) 脳卒中の原因・予防

脳卒中の発症に直接的に影響を与える要因には、高血圧、喫煙、糖尿病、脂質異常症、心房細動があり、間接的な要因には、飲酒、食塩の過剰摂取、運動不足等があり、発症予防のためにはこれらの管理が重要です。

また脳卒中の最大の危険因子は高血圧であると言われていています。高血圧は、動脈硬化を引き起こし、脳内の動脈を劣化させてしまい、また、血圧が高いと血管に大きな圧力がかかり、血管が破れやすくなります。

## (3) 脳卒中の発症時の症状

次のような症状が起こった場合は、脳卒中が疑われるため、速やかに救急車を呼んでください。

- 片方の手足・顔半分の麻痺・しびれが起こる
- ロレツが回らない、言葉が出ない、他人の言うことが理解できない
- 力はあるのに、立てない、歩けない、フラフラする
- 片方の目が見えない、物が二つに見える、視野の半分が欠ける
- 経験したことのない激しい頭痛がする