



第35回市民公開講座 ご参加者からの質問に対する回答

① AED の使用は、路上、雑踏の中で簡単に（確実に）できるのでしょうか？

路上や公共の場での AED の使用では、倒れた人のプライバシーの問題のご指摘がよく挙がります。特に女性の場合は、下着や胸の露出への配慮で装着を躊躇するというご意見も聞くことがあります。AED はパッドを素肌に直接貼り付けることができているのであれば、下着などの衣類は必ずしも外す必要はありません。余裕があれば AED のパッドを貼った後に、上から上着やタオルなどを掛けていただくと最低限の配慮ができると思います。

尚、AED が波形を解析している間やショックを実行する際は、患者さんに触れないよう、周囲をよく確認していただく必要があります。これまでも様々なイベントや大会会場、路上を含めた公共の場において、AED は問題なく使用されています。

② 胸骨圧迫を素人がやっても大丈夫なのでしょうか？心配です。

胸骨圧迫は経験したことがない人にとってはとても勇気のいる処置だと思います。しかし、講演でもお話をさせていただきましたが、何もしないと救命率は1分で約10%ずつ下がっていきます。救急車の到着を待っているだけでは救命の可能性はどんどん下がってしまうため、その場に居合わせた人にしか救えません。もし、胸骨圧迫ができないあるいは難しい場合は、119 番通報をすぐ行い、胸骨圧迫ができる人・できそうな人を近くから呼ぶなど、救命のための何らかの行動をしましょう。また、講演の最後に紹介させていただいた、蘇生処置の講習会への参加も是非検討していただければと思います。



- ③ (1)倒れた人がペースメーカーなどの機器を付けていた時、AED は使用の可否を判断して通知するのでしょうか？
- (2)夏季など地面が触れないほど、熱い所に倒れた人が居た時、火傷の心配は後回しになるのでしょうか？
- (3)倒れた人が近くに居て、熱中症か、脳卒中か判断出来ない時、AED を貼ると判断してくれるのでしょうか？

- (1)ペースメーカーを装着している方の場合、ペースメーカーの機械が植え込まれている(皮膚の盛り上がりがある)部分の真上へのパッドの貼付は避けるようにしていただければ装着・使用することは可能です。
- (2)炎天下のアスファルトなどの熱い環境の場合はすぐに倒れた人を移動できる方法と場所があれば移動していただくのがよいです。移動ができない場合はその場での蘇生処置を開始するしかないと思われます。その際は処置を実施する方も膝を地面について胸骨圧迫を行うことになるので、地面に接触する場所にタオルや衣服を挟んで、処置を行った方が火傷やけがを負ってしまうことは避けるようにしてください。余裕があれば、倒れた人の皮膚が直接地面に当たっている部分にタオルや衣服などを挟むことで火傷の予防をしていただくのがよいです。
- (3)AED は除細動(=電気ショック)の要否を判断してくれます。熱中症や脳卒中で心臓が動いている状態の方の場合は、電気ショックは不要であるという判断をしてくれます。

- ④ AED の使用は1回限りなのですか？1回で心臓が動かなければ2, 3回とするのでしょうか？

AED は心停止の原因となる不整脈に対して、除細動(=電気ショック)を行って通常の波形に戻すための機械です。1回の除細動で通常の波形に戻ることもあれば、複数回の除細動が必要になることもあります。AED は1度装着すると除細動が必要な状態かを自動で繰り返し確認を行います。繰り返し確認の結果、除細動が必要な不整脈が継続している場合は、除細動実施のアナウンスが出て複数回の除細動を行うことがあります。繰り返しの確認機能があるので、1度装着した AED は電気ショックを行ったとしても外さずに装着したままの状態ですぐに救急隊が来るまで処置を行ってください。

⑤ 脳ドックはどのくらいの割合で受けるべきでしょうか？2~3年に1回とかで
しょうか？

健康診断で全く異常のない方は、50才までに一度脳ドック(MRIの撮影)を受けていただき、こちらも異常がないようであれば、2-5年に一度くらいでよいと思います。高血圧や糖尿病等の生活習慣病がある方・喫煙者・健康にご不安のある方は、早期に一度受けていただき、異常がないようであれば2,3年に一度くらい、異常を指摘された場合で専門医受診の指示がない場合には1年に一度程度受けていただくのが良いと思います。専門医受診の指示がある場合には、脳神経外科・脳神経内科を受診して担当医と相談してください。

⑥ 先日、かくれ脳梗塞「小さい血の塊がある」と言われました。血圧は正常と
のことです。どうすればいいのでしょうか？

専門科(脳神経外科あるいは脳神経内科)で指摘されたのであれば、直接その医師からアドバイスを受けてください。そうでない場合はその画像を持って専門科の受診をお勧めします。一般的に、50歳を超えてくるといわゆる「隠れ脳梗塞」がMRIで確認されることが多くなります。数個程度の小さい「隠れ脳梗塞」については、おおまかには正常範囲ととらえるようになっており、あまり心配することはありません。一方、「隠れ脳出血」もMRIでわかるようになってきており、ご質問いただいた「小さい血の塊」と言われたものが「隠れ脳出血」であれば動脈硬化が進んでいることが多く、今後大きな出血を生じないよう予防が必要です。脳梗塞も脳出血も予防方法は同じで、高血圧、糖尿病、高コレステロール血症などの生活習慣病の管理と、喫煙、多量飲酒、肥満、運動不足等の生活環境の管理が大切です。それらが全てきちんと管理されていれば大丈夫で、1,2年に一度くらいMRIを撮影して進行がないことを確認されることをお勧めします。

⑦ 脳卒中になった場合、国際医療センターに治療を希望しても良いでしょう
か？

手足の動きがおかしい、言葉が出にくい・ろれつが回らない、顔がゆがんで動きが悪い、といった症状が突然出た場合には救急車を呼んでください。脳卒中の場合、急いで治療を開始することが最も重要です。埼玉県では一番近い適切な脳卒中の治療を受けられる病院に搬送してもらえます。当院以外の病院に搬送された場合でも、救急対応後さらに当院での追加治療が必要な場合には、いつでもお受けいたします。

⑧ 私は低血圧なのですが、脳卒中の心配は少ないのでしょうか？

高血圧でないということは良いことです。その他の生活習慣病(糖尿病、高コレステロール血症、肥満等)がないようであれば、脳卒中を起こす可能性はさらに下がります。よい生活環境(喫煙や酒の多飲をせず適度な運動をする等)を保っていたければ、脳卒中とは無縁の人生が送れると思います。

また、高血圧でないことは脳血管リスクを下げるため良いことです。一方、収縮期血圧が低値で、ふらつきやめまいを訴える方もいらっしゃいます。血圧の数値のみで一喜一憂することはないですが、概ね収縮期血圧が100以下を持続していて、ふらつきなどの症状が見られる場合には循環器科を受診してもよいと思います。

⑨ 『脳卒中で血栓による血流が悪くなった場合』血栓を少しずつ蓄積して石灰化した場合、血流は少しずつ流れていますが、症状はどうなりますか？
又は石灰化の為、血栓除去はできないのではないのでしょうか？

動脈硬化が進むと、血管の壁が厚くなるため、血液が流れる内腔が徐々に細くなります。その際に血管壁に石灰化が生じることがあるので、そのことをおっしゃっているものと解釈いたします。血管が完全に閉塞せず流れが悪くなっている段階でも、脳に血が足りなくなると麻痺や言語障害を生じることがあります。症状がすぐによくなっても、症状が出た場合には抗血栓薬(いわゆる血をさらさらにする薬)を開始しないと、近いうちに大きな脳梗塞を起こすことがありますので、なんとなくおかしいと思うくらいでも、近くの脳神経外科・脳神経内科を受診してください。突然、手足が動かない、顔がゆがむ、言葉がでにくい、といった症状が出た場合には、軽くてもすぐに救急車を呼んでください。脳血栓回収術の適応になる可能性があります(石灰化があっても大丈夫です)。



⑩ 医者に「軽い心不全を起こしたようだ」と言われました。「心不全とは？」

「軽いとは？」どんなことですか？

心不全(しんふぜん)とは、「心臓のポンプ機能がうまく働かなくなり、全身に十分な血液を送れなくなっている状態」のことです。心不全は「病名」ではなく「状態」を表します。たとえば、「心筋梗塞」「高血圧」「弁膜症」などの病気の結果として心不全になることがあります。

心不全の主な症状は、「軽い」から「重い」まで様々ですが、一般的には以下のような症状が出ることがあります。①息切れ・呼吸困難…肺に血液がたまるため(肺うっ血)、②むくみ(特に足)…血液が心臓に戻りにくくなるため、③疲れやすい・だるい…全身に十分な血液が行き届かないため、④夜間に咳が出る・横になると息苦しい…横になると血液が肺に戻ってきて肺に負担がかかるため。

医師が「軽い心不全」と言ったとのことですが、現在の心臓の状態や症状などが分からず判断できないため、まずは主治医に相談することをお勧めします。参考までに「軽い」が意味するであろう事象を記します。あくまでも参考として下さい。①一時的なもので、重症ではない…例えば、風邪や高血圧、過労、脱水などで一時的に心臓に負担がかかった可能性。②症状が比較的軽度…息切れやむくみはあるが、日常生活に大きな支障がない。③検査結果も大きな異常がない…心電図、心エコー、血液検査などで重度の異常は認められない。④薬や安静で改善が見込まれる…早期に気づいて対応すれば、悪化を防げる段階。

今後どうするかです。①医師(主治医)に相談して下さい…どの程度の心不全なのか、原因は何か、これからの治療や生活指導は何か。②医師(主治医)の指示があれば必要な検査を受けて下さい。③生活習慣の見直しも大切です。塩分の摂りすぎに注意、十分な休養と睡眠、過労やストレスの回避、医師の指示があれば運動制限や体重管理も行して下さい。

「軽い」と言われても、放っておくと悪化する可能性があります。ただし、早期の対処でしっかりコントロールできることが多いです。

