

府中地区医師会

健 康 コ ラ ム

脳卒中の再発予防とリハビリテーション

**脳卒中は
再発しやすい病気**

脳卒中の中の脳梗塞に関して言えば、発症1年で10%の人が再発します。その予防には、生活習慣の是正、再発予防薬の服用継続が基本です。

再発防止のために

生活習慣の是正には、禁煙・節酒・減塩などの食事療法・血压管理はもちろん、減量と適度な運動を行うことが重要です。再発予防薬には降圧剤、心臓が原因の場合は抗凝固薬、動脈硬化が原因の場合は抗血小板薬が用いられます。それぞれ副作用が異なるので気に入ることがあればすぐに主治医に相談しましょう。

社会復帰を目指しましょう

後遺症は、残念ながら多少は残りますが、早期から適切なりハビリ訓練を行えば軽減することができます。しかし、医療的訓練期間は、機能回復の限界が発症後180日であるため、発症後180日

間しか認められていません。これを超えての訓練は、介護サービスか自費で行うことがあります。

かつてリハビリ訓練は、機能回復を追求して訓練のみを行い、社会復帰できず訓練人生になることもあります。現在は、その反省をして行なっています。実は、社会復帰していくことで機能がさらに回復することがあるのです。



焦らない、あきらめない、まずは社会復帰です！

最後に、「FAST」に注意が必要です。

▽ Face : 顔の歪み

▽ Time : 時間

▽ Speech : 構音障害

これらの場合、脳卒中の可能性があります。迷わず119番、救急車を呼びます。早く専門的治療を受けることで命を救い、症状を軽くできます。

文責 さくらの丘クリニック
副院長 安部夏子

夜間・救急医療機関	内容		医療機関名など		電話番号	診療・受付時間
	小児科	夜間医療	福山夜間小児診療所(福山市三吉町南)	△084-922-4999		
精神科	救急医療		こどもの救急電話相談		#8000	毎日19:00~翌8:00
	救急医療相談		三原病院(三原市中之町)	△0848-63-8877	毎日24時間	
全般	夜間医療		精神科救急情報センター(広島市安芸区)		△082-892-3600	毎日24時間
	音声ガイダンスによる休日夜間などの当番医情報提供		福山夜間成人診療所(福山市三吉町南)	△084-982-9946	毎日19:30~23:00(外科の場合は要事前連絡)	
	△0120-169901		広島県救急医療情報ネットワーク	県全域	△0120-169901	毎日24時間

※救急＆予防サイト《こどもの救急》 <http://kodomo-qq.jp>

2月	府中・新市・駅家地区の休日当番医				上下町の 休日当番医
	外 科	内 科	内 科	内 科	
6日(日)	中川整形外科医院(中須町) △52-3033	府中市民病院(鵜飼町) △45-3300	小畠病院(福山市駅家町) △084-976-1351		
11日(金)	内藤クリニック(駅家町) △084-977-1070	佐野内科医院(鵜飼町) △45-5310	さとうファミリークリニック(福山市駅家町) △084-999-3103		
13日(日)	有地医院(府中町) △41-3670	谷医院(府川町) △45-1188	寺岡記念病院(福山市新市町) △52-3140		
20日(日)	せおクリニック(栗柄町) △40-0246	佐々木内科(中須町) △52-6555	佐野内科胃腸科医院(福山市駅家町) △084-976-1121		
23日(水)	寺岡記念病院(福山市新市町) △52-3140	唐川医院(中須町) △45-4030	南坊井上内科循環器科医院(福山市駅家町) △084-976-0013		
27日(日)	府中市民病院(鵜飼町) △45-3300	ほそや内科クリニック(中須町) △40-0780	さくらの丘クリニック(福山市駅家町) △084-972-2400		

※変更されることがありますので、事前に医療機関へお問い合わせください。診療時間は9:00~17:00。