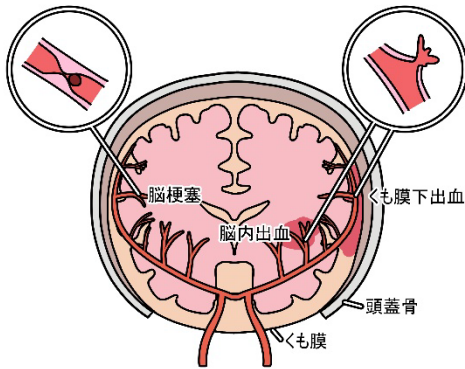


「あれ？おかしい」は脳卒中のサインかも!?



【脳卒中とは】

脳卒中は、脳の血管が詰まったり、破れたりして、脳細胞に酸素や栄養が届かなくなる病気です

【3つのタイプ】

- 脳梗塞（のうこうそく）：血管が詰まる
- 脳出血（のうしゅっけつ）：血管が破れる
- くも膜下出血：脳の表面の血管が破れる（激しい頭痛）

【代表的な症状】

片マヒ、ろれつが回らない、嘔気・嘔吐、意識障害など

※一過性脳虚血発作（TIA）をご存知ですか？

数分で症状が消えてしまいますが、これは脳梗塞の前触れです。

症状がすぐに消えたからと言って安心せずにすぐに受診しましょう！

脳卒中になりやすい人はどんな人？

- ☐ 血圧が高い人
- ☐ 糖尿病の人
- ☐ コレステロールが高い人
- ☐ 肥満・太り気味の人
- ☐ 喫煙者（受動喫煙も含む）
- ☐ 多量の飲酒
- ☐ ストレスをためやすい人

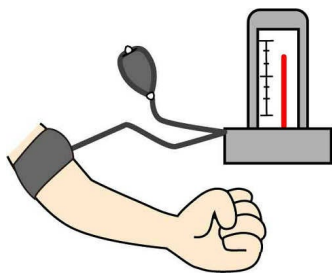
未治療の人はすぐに受診しましょう

中部労災病院は、脳ドックをやっています。
人間ドックと合わせてうけてみませんか。

脳卒中は時間が命！「あれ？おかしい」と思ったら迷わず救急車

今すぐできるセルフチェック「FAST」

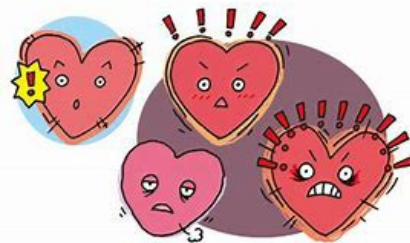
F Face	A Arm	S Speech	T Time
顔のマヒ 片側の顔が下がる ゆがみがある	腕のマヒ 片腕に力が入らない	言葉の障害 言葉が出てこない ろれつが回らない	発症時間 症状が出た時間を確認してすぐに救急車を呼ぶ



1.手始めに**高血圧**から
治しましょう



2.**糖尿病** 放っておいたら
悔い残る



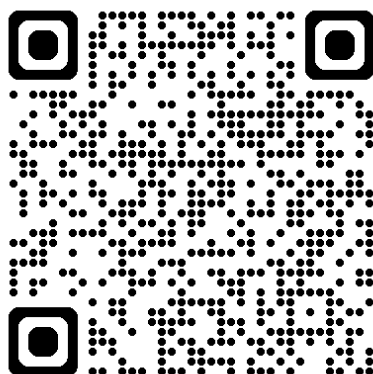
3.**不整脈** 見つかれば次第
すぐ受診



10.**脳卒中** 起きたらすぐに
病院へ

日本脳卒中協会
～脳卒中予防 10 か条～

↓↓は、日本脳卒中協会のホーム
ページ QR コードです。興味のある
方はこちらをご覧ください。



4.予防には **タバコ**を
止める 意志を持って



9.万病の 引き金になる
太りすぎ



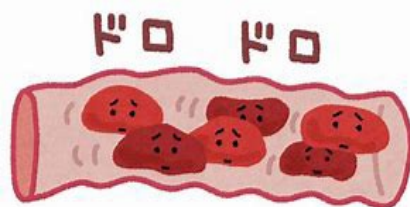
5.**アルコール** 控え目は薬
過ぎれば毒



8.体力に 合った**運動**
続けよう



7.お食事の **塩分・脂肪**
控えめに



6. 高すぎる
コレステロールも 見逃すな