

みんなの健康ラジオ

『脳振盪に気を付けよう①』

(2017年12月14日放送)

横浜スポーツ医会

横浜市立みなと赤十字病院

持松泰彦

脳振盪（のうしんとう）とは

- 【定義】機械的な力による、外傷直後の神経機能の障害であり、意識の変化や視力・運動・感覚などの障害を特徴とする臨床症候群（国際脳神経外科学会連合、1979）
- 頭を打ったとき、強く揺すられたときにおこります
- 脳は頭蓋骨の中で、脳脊髄液に浮かんでいます
頭部が急に動かされると、脳は揺れます
頭は丸いので、回転による加速度が加わります
- 普通は、症状は一過性で後遺症無く回復します

頭部外傷のメカニズム

- 1. 直達損傷
 - 他の部位と同じで、ぶつかった部位の損傷
 - 頭皮損傷、頭蓋骨骨折、急性硬膜外血腫など
- 2. 介達損傷
 - 浮いている脳は、慣性の法則で頭蓋骨と衝突
 - 衝撃の反対側の損傷もおこす
 - 脳挫傷、外傷性脳内血腫など
- 3. 回転加速度による損傷
 - 頭蓋骨とずれて脳が廻ると
 - 脳と頭蓋骨に付着している組織を繋ぐ血管が切れる：急性硬膜下血腫
 - 神経線維の電気回路ショート：脳振盪
 - 回路の損傷：び慢性脳損傷

脳振盪の怖さ

- 普通は後遺症無く治るが、死亡もある
- 初期の安静が不適切だと、何ヶ月も長引く
- 段階的に運動を再開しないと、症状がぶり返す
- 小児は長期化しやすい
- 短期間に反復すると重篤な障害をおこす
「セカンド・インパクト・シンドローム」
- 長期に渡り反復すると、認知・運動障害がおこる
「パンチドランカー・シンドローム」

症状

- 意識消失は10%程度、必須ではない
意識消失は重症と捉える
- 見当識障害
名前、チーム名、日時、いる場所などで確認
- 記憶喪失
受傷時前後
- 頭痛・嘔気・めまい・ふらつき・耳鳴
- 体動時の不安定感、バランスの悪さ
「ふわふわする感じ」「霧の中にいるよう」
- 複視（物が二重に見える）
- その他、「いつもと違う」反応