

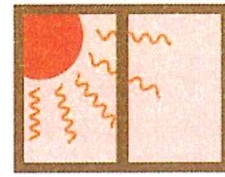
ひまわり薬局 ニュース



2021年8月号 No.72 鶴岡ひまわり薬局 鶴岡市日枝字海老島 161-2 TEL0235-28-3500

夏に発症する脳梗塞とは？

脳梗塞とは、脳の血管内に血の固まりができることで酸素や栄養が送られなくなり、脳の細胞がダメージを受ける病気です。脳梗塞と聞くと冬に起きやすいと思う方も多いかもしれませんが、夏には**脱水（体の中の水分が不足する状態）**による**脳梗塞**が起こることも知られています。脱水により血液中の水分が減ることで血がドロドロになり固まりやすくなるため、脳梗塞を発症しやすくなります。



特に高齢者は…

- ・体内の水分量が減る。
- ・のどの渇きを感じにくい。
- ・体温調節機能や腎臓の機能が低下している。



…他にも、

- ・マスクをした状態。
- ・冷房が効いて乾燥した室内。

脱水を引き起こしやすい

脱水の予防方法

※主治医の先生より水分制限を設けられている方を除く

- ◇のどの渇きを感じる前に、普段からこまめに水分を取る
- ◇入浴前、就寝前、起床時にコップ一杯（200cc）の水を飲む
- ◇冷房は適温（室温 28℃）を保つ

脳梗塞の前兆



急に手足から力がぬける



言葉が出てこない、ろれつが回らない

身体の片側がしびれる



物が二重に見える、片側が見えない



ふらつく、めまい



万が一、こんな症状を感じたらすぐに病院を受診しましょう！

脳梗塞は寝たきりとなる原因疾患の第2位であり、一度発症すると再発しやすい病気です。脳梗塞を発症しないためには、高血圧、高血糖、脂質異常の予防・改善も重要になります。日頃から塩分や脂質、糖質を摂り過ぎない、日常生活に運動を取り入れる、禁煙する、お酒を飲み過ぎないなど生活習慣を見直すことも脳梗塞予防につながります。

気になることがあれば医師または薬剤師にご相談ください。 監修 薬剤師：若生 俊也

かかりつけ薬剤師をご存知ですか？

お薬のこと、健康のことなど気軽に相談してみませんか？

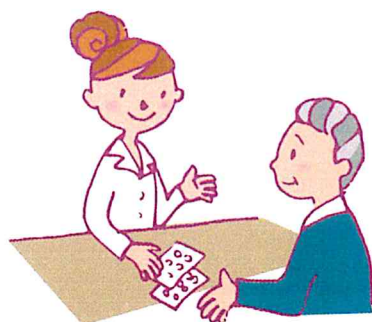


最近、薬の飲み忘れや
飲み間違いが増えてきた…

薬の副作用の
経験がある

アレルギーがあるから
お薬を飲むのが不安…

サプリメントや一般薬を
購入して飲みたいけど
何がいいか相談したい



わたしの「かかりつけ薬剤師」
になってください。

※かかりつけ薬剤師管理指導料、1割負担の方、約30円、2割負担の方、約60円3割負担の方、約100円のプラス負担となります。ご了承ください。

詳しいことは薬局スタッフへお声かけください。



一般社団法人ファルマネット山形

鶴岡ひまわり薬局

山形県鶴岡市日枝字海老島161番地2

TEL:0235-28-3500

