

女たちが秘かにハマっている男の「おっぱい診断」って何だ？

死ぬまでSEX ベッキーで変わった「不倫したい人妻」の新常識

女子マラソン 福士「リオ決定だべ!」で選手生命終わる

カラオケの順番にオロオロする  
きれいな渡辺さん

イエローキャブ伝説の爆乳 堀江しのぶ  
かとうれいこ 細川ふみえ  
雛形あきこ 佐藤江梨子

封印された10年前のチームメイトが  
驚愕証言録音 あらすべて暴露



逮捕直後の肉声480分

# 週刊ポスト

2016 February  
2.26  
定価420円



本音 言いたかないけど北朝鮮の「ミサイル危機」にはもう飽きた

【大特集】日本経済、これからが正念場だ  
「日経平均2万5000円」を託された

## 新社長16人の「運」と「実力」

有名企業 三菱UFJ、キャノン、三菱商事、東京海上、アサヒHD、ニトリ、ヤマダ電機、NEC

### 清原時代の「クスリ」と「女」

「オデッセイ」が不自然に中国に媚びるハリウッド映画の「嫌々な感じ」

### マイナス金利の世界で起きる10衝撃現象

年金 退職金 住宅ローン 定期預金 クレジットカード

はこうなる



### 安倍「本当はもうお友達じゃない閣」の誕生

高市早苗総務相「電波停止」発言に沈黙のテレビはもう死んでいる



永田町 地獄耳

### 新シリーズ これだけは押さえておきたい「脳梗塞」

その時どうする?

### 今週はちょっと怖らしいSEX 死ぬまでSEX

「ベッキー不倫で私たちが学んだこと」  
夫の浮気の95%はバレるが妻の浮気の95%はバレない  
「不倫SEXは短く、激しく、後くされなく」  
体が目当て。相手を好きになりすぎないこと



### 不倫したい人妻たち

話題沸騰! 謎はすべて解けた。あと5年で「ハゲ」はすべて治る!



こと、家族が犯しやすいミスは何か

# だけには知っておきたい どうするかが

ポイント  
これが生死を分ける  
再カクニン!  
新シリーズ

三大疾病の一つで日本人の死因第4位である脳卒中。その中でも「脳梗塞」は年間約7万人の命を奪う病だが、意外とその症状や対処法を正しく理解している人は少ない。いざ倒れてしまった時に慌てないために押さえておきたい脳梗塞の対策術を紹介する。

## 「命を救うキーワード」とは

人が突然目の前で倒れてしまった——その場合は多くの人が気が動転してしまい、適切に行動できなくなってしまう。

人が突然倒れる原因はいくつもあるが、意識を失っている場合に考えられるのが脳卒中（脳梗塞、脳出血、くも膜下出血。詳細は後述）によるものだ。判断を誤れば後遺症が残るだけでなく、最悪の場合は死に至る。今回は脳卒中の大半を占めるという脳梗塞を中心に取り上げ、いざという時のためにどう対処すれば良いかをシミュレーションする。

●倒れてしまったとき、動かしていいのかわかるのか

脳卒中の疑いのある人が倒れた時、その人を「動かしてはいけない」という

は古い常識である。正しいのは、倒れた直後は処置しやすいため、安全な場所に移動させることだ。その際は厚手のシーツなどを使い、担架のようにして静かに運ぶようにする。

もし意識が戻るなどして「大丈夫、自分で歩けるから」といわれたとしても、絶対に肩を貸したりして歩かせてはならない。立ち上がると脳の血圧が下がるため、脳梗塞だった場合、血管が詰まって低下している血流が更に悪化するおそれがあるからだ。

●声をかけたり、肩を叩いたりしてもいいのかわかるのか

目の前で突然人が倒れた場合、心配するあまり「大丈夫ですか？」と声をかけ

りたくなる。しかし、体を大きく揺らすなどの刺激を与えてはいけない。東京女子医科大学客員教授の清水俊彦氏はこう話す。  
「特別な理由がない限り、刺激を与えないようにしましょう。」

ただし、意識レベルを確認するために呼びかけて返答があるかどうかを確認することは必要です。意識はあるがろれつが回っていないのは、脳梗塞の典型的な症状です」

●意識がなさそうな場合にはまず何をすれば良いのかわかるのか  
声をかけても返答がない場合、まっさきにすべきことがある。

「脳血管のトラブルで脳圧が上がると、嘔吐中枢が刺激され嘔吐を伴うことが少なくない。」

ここで大事なのが体を横向きにして寝かせること。吐いた物で窒息する患者が意外に多いのです。同時にネクタイやベルトなどを緩めることで呼吸を楽にしてあげましょう（自衛隊）

また、脳梗塞との併発は

でもらってください

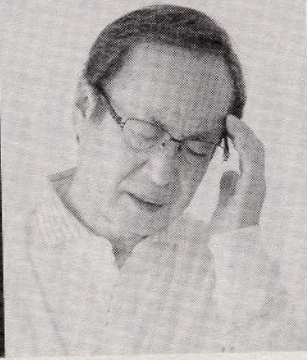
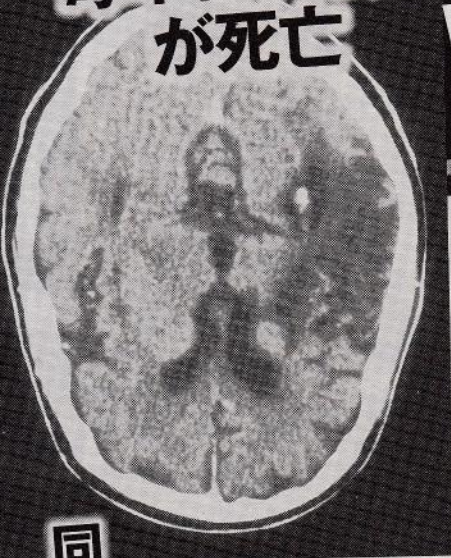


# 脳梗塞

# これ

# その時、

毎年約7万人  
が死亡



非常に稀なケースではあるが、心停止の場合には心臓マッサージを優先すべきだ。「脳の大きな動脈で梗塞が起きた場合には心停止もありうる。呼吸や脈がないなど明らかに心停止と判断できれば心臓マッサージを優先したほうがいい」(同前)

●体は温めるべきか冷やすべきか  
冬の屋外で倒れた場合などでは上着をかけるなどし

動かしているのか？  
仰向けがよいのか、横向きか？  
体は温めるのか、冷やすのか？  
同時に心停止ならマッサージは？

て、体温を保てるよう対処する。

「体は温めても冷やしても血流に対する刺激になりません。屋内で倒れた場合は、体温の変化が大きくなるようなようなバスタオルや薄手の毛布をかける程度に留めましょう」(同前)

●119番では何を伝えればよいのか  
周囲の安全が確保できたら、慌てずに119番通報する。この時の対応が患者の今後を分ける。

単に「夫が倒れた」というのではなく、「片側の顔面が麻痺している」や「片足だけが動かせない」といった具体的な症状がキーワードになる。それを聞くことで救急隊員は状況や症状の判断がつき、処置や搬送先の判断が迅速にこなせるようになるからだ。

意識があるにもかかわらず片側の手足に麻痺やしびれがあった場合、くも膜下出血などではなく脳梗塞である可能性が濃厚になってくる。後遺症を残さないためにも、一刻も早く治療を受けることが重要だ。

「脳梗塞の場合は発症から4時間半以内に治療を開始すべき」というのは山王病院・山王メディカルセンター脳血管センター長で「働き盛りを襲う脳梗塞」(小社刊)著者の内山真一郎氏だ。

「脳の動脈を詰まらせている血栓を溶かして血流を再開させる『血栓溶解薬』を投与できる時間は、発症から4時間半まで。それを過ぎると脳梗塞を起こした血管がもろくなり、薬によって脳出血を起こすリスクが高まってしまいます。この

ご家族にも読ん



治療を受けた患者は受けにくい患者に比べて、後遺症が軽いか完全に回復する人が3割多いとされています」  
検査や診断を医師らが判断するまでの時間を考慮すれば、倒れてから3時間半までに病院に搬送されなければならぬ。オランダの

エラスムス医療センターが15年に出した報告によれば、適切な治療が1時間遅れるごとに後遺症が残るリスクが6・4%上がるとの研究結果もある。一刻を争う医療の現場では「キーワード」を伝えることが命を救い後遺症を減らすことに繋がる。

## 「パタカパタカ」といえますか

そもそも脳梗塞とは、脳の血管が細くなったたり血管に血栓が詰まったりして、脳に酸素や栄養が運ばなく

なり脳細胞に障害を負う病気である(脳出血、くも膜下出血は脳の血管が破れて血液が漏れ出し、脳の組織が破壊

される病気。脳の神経細胞が損傷を受けると、再生することは難しく後遺症が残るリスクは高い。主なものは顔や手足の片側麻痺、舌がもつれる言語障害や半身のしびれなどだ。

14年の「人口動態統計の概況」(厚労省)によれば、年間の死因別死者数のうち、脳血管疾患(脳卒中)は約11万4000人だが、などについて4位。このうち脳梗塞は約6万6000人と脳血管疾患の約6割を占めている。

ただ脳梗塞の場合、突然意識を失って倒れるのはかなり重症なケース。「少し顔の片側がひきつる」などの「予兆」があることのほうが多い。

詳しくは上のチェックリストを参照してほしい。注意すべき主なものは、体の片側の麻痺やしびれ、顔の歪み、言葉がうまくしゃべれないといったものだ。前出の内山氏が解説する。

「それらが回らない場合、大脳の梗塞だと『ラ行』、小脳の梗塞だと『タ行』が

発音しにくいといわれている。ラ行やタ行、あるいは『パタカパタカ』と繰り返しいってみて、滑舌やリズムが悪いと脳梗塞が疑われます。麻痺は手足の片側に起きて力が入らないのが特徴です。『最近よく物を落とす』といった時、すぐに拾えるなら通常の老化現象ですが、脳梗塞なら拾えません」

それらの予兆がしばらくすると消えることがある。「一過性脳虚血発作(TIA)」と呼ばれるもので、小さな血栓が血管に詰まることで、一時的にその部分の脳の機能が停止するものの、血栓が自然に溶けて血流が復活して症状が消えるのだ。だが、「治った」と考えるのは危険だ。

「数分から長くても24時間で症状が消えるため『あれっ』と違和感を覚えても放置されがちです。しかしTIAの後に脳梗塞が起こることが多いのです。本人はもちろん、少しでもおかしいと感じたら、家族も指摘して強く受診を勧めてほし

い」(同前)  
ちなみによく誤解されるが、頭痛が脳梗塞の直接的な症状や予兆であることは稀だという。

では、どんな人が脳梗塞を起こしやすいのか。くどくどうちあき脳神経外科クリニック院長の工藤千秋氏はこう指摘する。

「まず脳梗塞そのものが遺伝することはないといわれています。高血圧や糖尿病、脂質異常症(高脂血症)などの生活習慣病が危険因子です。『家族に脳梗塞患者がいたから自分もなったのでは』という人がいますが、それは味付けの濃い食事や運動、睡眠といった似た生活習慣を受け継いだからだと考えられます」

高血圧や動脈硬化を招く喫煙、過度の飲酒などに気を付けるのは当然だが、脳梗塞の引き金として最も注意すべきは「脱水」だ。体内の水分が不足することで血流が悪くなり、血管が狭くなった場所で詰まる。

ならば大量に汗をかき夏場が危険と思いがちだが、

## 脳梗塞「1つでもあてはまると危ないチェックリスト」

### 体の麻痺やしびれ

- 片方の手にしびれがある
- 手足から力が抜けて物を落としてしまい、すぐに拾えない
- めまいなどでフラフラして真っ直ぐ歩けない

### 顔面麻痺

- 顔の右半分または左半分が麻痺して動かなくなる
- 片方の目尻や口の端がへりの字に下がる

### 言語機能の障害

- ろれつが回らない
- 思っている言葉がうまくしゃべることができない
- 人の言葉がよく理解できない

### 視覚・その他

- 片方の目がシャッターを下ろしたように急に見えなくなる
- ものが二重に見える
- 階段など物につまづきやすくなる

※本誌取材をもとに作成。上記の症状を発症して継続するようなら既に脳梗塞に罹っている疑いが強く、24時間以内に治まるなら一過性脳虚血発作(脳梗塞の予兆)の可能性があるとされている

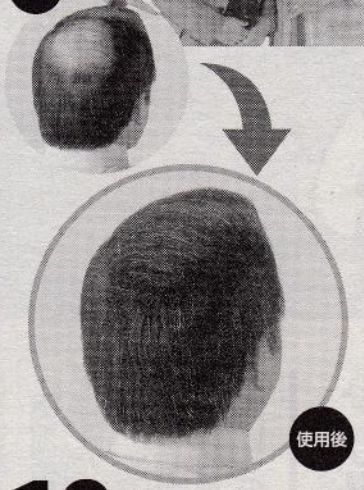


# スーパー ミリオンヘア

まずは  
お試し下さい

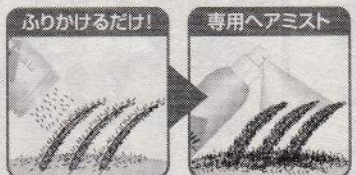


使用前



使用后

## 10秒で解消!



ふりかけるだけ!

専用ヘアミスト

細かな繊維で自毛が太く!

雨・風・汗に強い!

お試し後  
返品可



スーパーミリオンヘアカムセット

■スーパーミリオンヘア 10g ■スーパーミリオンヘアミスト 60mL

2,500円(税別) 表示価格に消費税が別途かります。

●お支払い方法(代引きのみ) 送料・代引き手数料(無料)

ご注文より10日前後でお届け(一部の地域を除く)商品到着後10日以内は返品可能(返送時の送料はお客様負担)

※詳しくは下記までお問い合わせください。

◎お客様の個人情報(弊社管理の下商品の発送以外の目的には利用いたしません。)

お申し込み・お問い合わせ

0120-77-1711

●お電話24時間受付OK! ●携帯電話からもご利用いただけます。

製造販売元 **ルアン株式会社**

東京都中央区銀座 8-10-2

スーパーミリオンヘア 後援 ホームページ http://www.ruan.co.jp

## リハビリは最初の1か月が勝負

冬場のほうが注意が必要だ。「寒い冬場は汗をかかないからと水分をあまり取らない方がいますが、暖房の効いた部屋では意外と汗をかいています。そうした場合、自覚がなくても脱水していることがある。こたつで寝るのは気持ちいいですが、脳梗塞を防ぐためにも避けるべきです」(同前)

工藤氏の経験上、頻繁に

会社の健康診断でメタボといわれたり、高血圧や糖尿病予備軍と指摘されたりした人は自分の脳がどうなっているか気がかりだろう。その場合、早期発見のための「脳ドック」を受診する

発症するパターンが「冬の早朝ゴルフ」だという。「血圧は朝が最も高い。肌寒い早朝、屋内との寒暖差が激しい屋外に出て、しかも重いゴルフバッグを担いで急に活動する。血管が詰まりやすい要因が揃っているといえるでしょう」

高血圧の自覚があるゴルフ好きは起床後にコップ1杯の水分補給を忘れずに。

ことがお勧めだ。国立循環器病研究センター病院脳血管内科医長の古賀政利氏はこう話す。「人間ドックに脳の画像検査が含まれていないので、早期発見には脳の組織や血

管の状態を検査できる脳ドックを受ける必要があります。すでに脳梗塞が起きているのに小さいがゆえに自覚症状が現われない「隠れ脳梗塞」(無症候性脳梗塞)は脳ドックの普及で発見が容易になりました」

脳ドックの検査項目は医療機関で異なる。費用は頭部MRIなどのシンプルなコースで2万〜3万円。保険対象外で実費負担となるが、自治体によっては補助金が支給される

ところもある。例えば、東京都立川市には脳ドック検査の補助金として上限1万5000円を支給する制度がある。「40歳以上で高血圧などの危険因子を持つ人や家族に

脳血管疾患の既往症がある人は数年に一度定期的に受診したほうがいい」(同前)

もし不幸にして脳梗塞を発症してしまったときも、リハビリを早期に行なうことで後遺症を大幅に軽減できる可能性がある。

「症状にもよりますが、リ

ハビリは発症直後の段階から行ないます。安静状態が続くことで、関節が固まったり筋肉が萎縮したりする「廃用症候群」を防ぐためです。医師や看護師が付き添って慎重に行なわれます。大事なのは急速な回復が見込める発症から1か月以内リハビリを始めることです。6か月を過ぎると運動機能の回復が期待できない。早めに始めることが肝心です」

「軽い症状だったから」と侮って治療後も生活習慣を改善しなければ、脳の血管はまた詰まる可能性が高い。予防を心がけるとともに、万が一の時のために、家族ともども備えておきたい。