

死ぬまで死ぬほどSEX

# 「性の科学」

最新研究には驚いた!

- ①「Gスポット」がある女性は56%
- ②「イク」は「ポンプ運動」だった
- ③「勃起」は性的興奮とは無関係

あなた知ってました?

## 男はなぜ深田恭子と不倫したくなるのか?

## 「下町ロケット」元気が湧く魂の金言集



黙っていると取られ損! マネー防衛術

# 週刊 パズル

ビートたけし「イッテQ」は「たけし城」のパクリだったの!

サンミュージックとアイドルたち

健康大特集 / その不安とどう向き合うか

すでに親が亡くなっても、なんと遺族がもらえるケースがあった!

# 消された年金を取り戻す方法

社会保険労務士の「年金探偵」が教えます! 実録 320万円返金の事例

腰痛対策の切り札になる「東大式ウォーキング」試してみた

胃薬と鼻炎薬が市販薬同士の「危ない飲み合わせ」

「皮膚が痒い」「乾燥のせい」と片付けないで、肝臓・腎臓病を疑ったほうがいい

「尿漏れ」を放置、いつの間にか認知症に。実はそんなケース多いです

単なる「切れ痔」だと思ったら「大腸がん」が進行していた

西城秀樹さん「糖尿病と隠れ脳梗塞」妻・美紀さんの手記

咳を誘発していませんか?

# 「降圧剤」と「肺がん」

この症状からさらに重大な病気を引き起こさせないために知っておくべき知識があります

2018 Nov. 11.30 定価430円

韓国「竹島上陸」フェイク写真

中日 18番・松坂大輔「地獄から1億円を稼ぐ」復活 秘話

稀勢の里へ「負けてもいい横綱を続けてくれ」

自覚症状がないまま血管が蝕まれていく恐怖  
——どうすれば気づけるのか

# 妻が手記で明かした

# 隠れ脳梗塞

「脳梗塞」といえば、「ある日突然、意識を失って倒れる」印象を抱くが、実は「繰り返し発症して体を蝕んでいく」ケースのほうが多いという。

今年5月に、63歳という若さで亡くなった西城秀樹さんは、精力的な歌手活動の陰で17年間にわたって脳梗塞と闘っていた。闘病を支えた妻・美紀さんの告白には、脳梗塞の恐さと治療に向き合ううえで大切なことが詰まっている。

## 「舌のもつれ」ほ 些細な前兆

「いきなり意識を失って倒れる脳梗塞は、体内の血管でできた血栓が血液にのって運ばれて、脳で詰まったときに起こりますが、これは脳梗塞のなかでは比較的珍しい症状です。

実際に多いのは、「隠れ脳梗塞」。自覚症状がないまま何度も繰り返し発症することで深刻なダメージをもたらします」（くどうちあき脳神経外科クリニックの工藤千秋医師）

隠れ脳梗塞の恐ろしさが克明に綴られた一冊がある。今年5月に逝去した歌手・西城秀樹さん（享年63）の妻・美紀さん（46）が17年間にわたる闘病生活を記した『蒼い空へ』夫・西城秀樹

との18年」（小社刊）だ。

秀樹さんが脳梗塞だと報じられたのは、03年と11年の2回だった。だが、著書では、秀樹さんが8回にわたり繰り返し脳梗塞を発症していたこと、その原因が若い頃からの持病だった「糖尿病」にあったことが初めて明かされている。

著書にこう綴られている。<これで、完全復帰へと向かっていくだろう、そう希望が見えてきた、2013年1月。しかし、なんとまたここで検査によって隠れ脳梗塞が見つかり、8回目の入院をすることになります。この時も点滴で治療しましたが、本人にも自覚がないというより、もうずつ

とこの症状に慣れてしまっただ、というのが近いのかもしれない（以下、～内は同書より）

美紀さんが語る。

「ずつと表に出さなかったことを明かす葛藤はありましたが、ファンの方々には病状をお伝えするのにも、少しでも同じ脳梗塞に苦しむ方々やそのご家族の参考になればという思いがありました」

脳梗塞で命を落とす人は年間約6万5000人（厚生労働省「平成27年 人口動態統計」）。糖尿病も、患者数が1000万人を超えることされる。国民病だ。

秀樹さんのように脳梗塞を繰り返し発症するケースが厄介なのは、症状に気づきにくい一方で、重篤化するリスクが高くなるから。

「隠れ脳梗塞は、自覚症状がないままCT検査やMRI検査で見つかるケースが多く、医学的には『ラクナ梗塞』と呼ばれます。

隠れ脳梗塞は、気づかないほど軽い症状であることが多い。治療を施す場合も、

[スターの闘病生活に何を学ぶか]

# 西城秀樹さん

享年63

## 「糖尿病と

「同じ病気に苦しむ方々やご家族の参考になれば」(美紀さん)  
糖尿病患者は1000万人。脳梗塞による死者は年間6万5000人。  
17年間に及ぶ闘病生活は決して他人事ではない



家族の支えが闘病の活力となった(美紀さん提供)

血液をサラサラにする薬を1週間ほど服用し、一時的に症状を解消させます。しかし完治したわけではなく、梗塞を起こしやすい状態は変わりません。繰り返し発症して脳のいたるところで血管が詰まり、大きな発作

を招くのです」(工藤医師)

前兆として「喋りにくくなる」「目まいが起こる」「ふらついて、まっすぐ歩けなくなる」といった症状を感じる。ことがあるという。

自らも隠れ脳梗塞を患った医学博士の中原英臣氏

(山野医療専門学校副校長)が語る。

「私の場合も特別な治療はせず、点

### 早食い、サウナ好きは危ない

ただし、誰もが中原氏のように些細な兆候に気づき、医者に伝えることができるとは限らない。

「症状が軽い、すぐ治った、と楽観視してはいけません。隠れ脳梗塞は

滴や薬によって1週間ほどで症状が治まりました。何の前触れもなく、気持ちが悪くなるようなこともありませんでした。が、「日中に突如目まい」がして、立ち上がれなくなりました。脳の変調かな」と疑い、すぐに受診しました。「朝起きたら手足が痺れる」といった症状を訴える患者もいるようです」

「今は細い血管のダメージで済んでいるが、放置すると太い本流の血管が詰まる」という。脳からの警告と捉えるべき。察知するためには、ラクナ梗塞の特徴を知る必要があります」(工藤医師)

隠れ脳梗塞になりやすい人はどんな特徴があるか。



隠れ脳梗塞は画像診断で初めて気づくケースも

まず注意すべきは年齢だ。隠れ脳梗塞が見つかるのは「60歳以上」が多く、脳ドック受診者のうち60代の約2割、70代の約3割に見つかる。とされる。

そこに様々なリスク要因が複合的に積み重なる。冒頭で述べた通り、「糖尿病」は大きな要因だ。

「糖尿病患者は血糖が血管内にベタベタと付着し、血管のしなやかさがなくなるため動脈硬化を起こしやすい。2型糖尿病患者の半数以上に隠れ脳梗塞が認められたという報告があります。血糖値は食習慣によって上がります。2〜3時間の短い間隔で食事をする人や、

かきこむように食べる早食いの人は、食習慣を見直すべきでしょう」(工藤医師)

秀樹さんの食習慣にも、危険因子が潜んでいた。〈後でわかったのですが、

外で天ぷらやお寿司を食べてきた日も、「ママに悪いから」とマネジャーに口止めし、家でもごはんを食べていたのです」

動脈硬化を引き起こす原因となる「高血圧」「高脂血症(脂質異常症)」にも注意が必要だ。

「動脈硬化が進行するほど血管は詰まりやすくなり、高血圧が続くと、血管が常に張り詰めた状態になるため、高血圧の人は正常血圧よりも約3倍、隠れ脳梗塞のリスクを高めるといわれています。また、高脂血症の場合、血液中に余分な脂が溜まりやすく、ドロドロの粥状に血管壁を厚くしてしまいます。その他にも、『喫煙』や『アルコール』も、動脈硬化のリスクを高めま

す」(工藤医師)

加えて、隠れた危険因子となるのが「脱水症状」だ。秋から冬も「サウナ」による脱水に要注意だという。都内在住の60代男性の話。「週末にサウナに行くのが趣味だったので、たくさん汗をかこうとして水分

をとらずに30分以上こもってしまいました。サウナを出てから体がだるくて、徐々に舌がもつれていった。周りの人に促されて病院で検査を受けたところ、ラクナ梗塞と診断されました」

工藤医師が解説する。

## リハビリには「家族の支え」

その先に待ち受けるのは、「後遺症」との闘病生活だ。

「大脳の右側が損傷すると左半身、左側だと右半身に後遺症が残ります。小脳が損傷した場合には、足がうまく動かせず千鳥足になったり、手でモノをつかむことが難しくなります。他に、うまく話せない『失語症』や、ろれつが回らなくなる『構音障害』などがあります」(工藤医師)

後遺症から回復するために行なうのが「リハビリ」だ。階段の昇り降りや、机の上に並べた硬貨をつまんで持ち上げる、などといった単純運動の繰り返しは、か、言語機能の回復には、割り箸を奥歯で噛んだり、

「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リスクがあります」

秀樹さんには糖尿病、喫煙、サウナ好きが該当したという。あてはまる要素が多い人ほどリスクは高い。

秀樹さんも、過酷なトレーニングに励んでいた。

「最初のうちは、使っていない筋肉が多かったらしく、ストレッチだけで『痛い!』と絶叫していました」

その際、本人の気力に加え、家族の支えが重要になる。NPO法人「日本脳卒中者友の会」理事長の石川敏一氏は、自らも脳卒中を患いながら脳梗塞の妻を自宅でサポートした。

「脳梗塞患者は、入院した病院で一定期間のリハビリを受けますが、回復のためには、退院してからもリハビリを続けなくてはなりません。リハビリは自宅に



17年間の闘病が克明に綴られた

戻ってからの本番」という言葉があります。何もしないと寝たきりになりますし、患者ひとりでは覚束ない入浴や散歩、排泄などの生活面で、家族のサポートが欠かせません。私の妻の場合には、『嚥下障害』が残って飲み込みができなくなったので、とろみをつけた流動食を用意していました。再発を繰り返すうちに脳梗塞の障害が重くなり、家族の支えがより必要となります」

秀樹さんも、美紀さんと3人の子供に支えられていた。

最後に美紀さんがいう。「秀樹さんは歌うことが自分の使命と信じ、ファンの方々の声援やスタッフの力添えがあったおかげでモチベーションを保ち、過酷な闘病でも心が折れず走りぬくことができました。感謝しております」