

脳ドック専門医に聞く

健康診断部

きだに りゅういち
木谷 隆一



脳ドックの役割



脳ドックの主な役割は脳梗塞、脳出血、くも膜下出血、脳動脈硬化の程度、脳腫瘍などのリスクを予測し、症状を起こす前に対処し、健康で長生きしてもらうことです。

脳卒中、認知症、そして働く人の過労死の発症の予防に役立てます。

脳ドックでは、MRI検査、問診、診察をします。その他に**動脈硬化の危険因子**である高血圧、高コレステロール血症、糖尿病、メタボリックシンドローム（肥満）、喫煙、飲酒過多、睡眠不足、心房細動などを調べる一般の定期健康診断を受けていることが大事です。

MRI検査では、無症候性脳血管障害、脳動脈硬化所見、脳血管の形状の異常、脳の血流低下、脳腫瘍、脳の奇形などを診断いたします。主な病変には以下のものがあります。

- 脳動脈の狭窄：一般的に60%以上の狭窄があったりすれば、脳梗塞予防の治療を検討します。軽症の方には嚴重な危険因子（上記参照）のコントロールを勧めます。
- 小さい無症候性脳梗塞、脳出血、大脳白質の動脈硬化性の変性所見：
直径1mm以下の細動脈の動脈硬化性変化を表しています。これ等の変化は、将来の脳卒中のリスクや認知症のリスクの判断、そして今後の対策に役立ちます。
- 脳動脈瘤：くも膜下出血の原因になり得ますが、何ら症状もなく経過観察で経過しておられる人も多い。大きさや形状や場所などによりリスクが異なります。それらを総合的に勘案して、適切な方針をお勧めします。血縁者にくも膜下出血がおられる方は通常の人よりもくも膜下出血を起こしやすいので、検査が勧められます。
- 脳腫瘍：良性腫瘍が多いが、大きさや性質に応じて精密検査など対応します。

働く世代においては、過労死予防に役立ちます。過労死とは仕事上のストレスにより、脳内出血、くも膜下出血、脳梗塞、高血圧性脳症、心疾患（心筋梗塞や不整脈など）を発症して突然死を来すことです。

中・高齢者では、脳動脈硬化が深く関わる脳卒中や認知症の発症予防に役立ちます。

健康で長生きするためには十分睡眠をとる、適量の水分と十分にビタミン・ミネラル（野菜、乳製品など）を摂る、塩分は控え目、お酒は1合まで、禁煙、適度な運動、そしてストレスは避ける、などが勧められます。

