

佐伯地区医師会

スポーツ頭部外傷と脳しんとう

—スポーツ脳損傷を防ぐための5つの提言—

脳しんとうとは、脳が機械的外力による衝撃を受けたために一過性の神経機能障害をおこしたもので、多くは短時間で改善し、後遺症を残さないものです。しかし、近年、脳しんとうは意識障害や健忘のみでなく、見当識障害(けんとうしきしょうがい)、反応の鈍さ、歩行時のふらつき、頭痛、耳鳴りや複視、睡眠障害、易刺激性(いしげきせい)などの実に様々な症状を呈することが明らかになってきました。しかし、一般的には今でも脳しんとうは意識障害を伴うと考えがちですが、気分不良のみだけの場合もあり、一見、患者は元気に見えるので誤った対応をしてしまうこともあるようです。このスポーツ脳損傷を出来るだけ防ぐために2013年に脳神経外科学会、脳神経外傷学会が国民向けに5つの提案をしました。

①スポーツによる脳しんとうは意識障害や健忘が無く、頭痛や気分不良な

どだけのこともある。②脳しんとうの症状は短時間で消失する事が多いが、数週間以上継続する事もある。③脳しんとうをおこしてそのまま競技や練習を続けると、たとえ意識障害が無かった場合でも、それを繰り返すことにより致命的な脳損傷を来すことがある。④そのためスポーツによる脳損傷をおこしたら、原則として直ちに競技、練習への参加を中止し、それらの再開は脳しんとうの症状が完全に消えてから徐々に行う。⑤脳損傷や急性硬膜下血腫をおこした場合は、原則としてコンタクトスポーツへの競技、練習には復帰すべきでない。

スポーツ関係者以外の方にも以上の5つを広く知って欲しいと思います。

齊藤脳外科クリニック
院長 齊藤裕次