

日本看護協会は、国民への質の高い医療の提供を目的に資格認定制度を創設し、25年目となります。特定の専門看護分野の知識・技術を深め、保健医療福祉の発展に貢献し併せて看護学の向上をはかることを目的として13分野・2,479名の専門看護師と、看護現場における看護ケアの広がりや質の向上をはかることを目的に21分野・20,721名の認定看護師を社会に送りだしています（令和2年6月現在）。宮崎県内では、専門看護師11名（3分野）と認定看護師146名（18分野）が活動しています。

宮崎県看護協会は、県民の皆様へ県内で活動する専門看護師・認定看護師の活動を広く知っていただき、皆様のお役に立てるような情報を発信する活動を行っています。今回のテーマは『脳卒中』です。

## ACT F.A.S.T

### ～顔・腕・言葉 を確かめて急いで行動～

脳卒中リハビリテーション看護認定看護師 佐伯 亜里沙（潤和会記念病院）

いつもと身体の様子が違うと感じた時に「このくらい大丈夫」「今は病院も大変な時だから」そう思って、受診をためらうことがありますか？手足のしびれ、しゃべりにくさなど「ちょっと調子が悪い」と感じる症状が1時間以内に消失し、画像診断で脳梗塞がみられない発作を「一過性脳虚血発作：TIA（ティーアイエー）」といいます。TIAの後、48時間以内に脳梗塞を起こすことが多いと報告されています。平成28年の厚生労働省の調査では、介護が必要になる原因の第1位は認知症、第2位は脳卒中という結果でした。早めの受診で重症化を予防したいものです。tPA（ティーピーエー）という点滴治療（血栓溶解療法）は、脳梗塞発症（症状の出現）時間から4.5時間以内に治療ができれば、血栓を溶解し、症状がよくなることがあります。

また、カテーテルを用いて脳の血管に詰まった血栓を取り除く治療（脳血栓回収療法）もあります。これらの治療は様々な適応条件があり、検査が必要です。つまり、「何かおかしい」と感じたら、できるだけ早く専門医の診断と治療を受けることが重要なのです。ここでは、脳卒中かな？と思ったときに簡単に確認する方法をご紹介します。「顔・腕・言葉」の症状が一時的にでもあれば急いで行動し、積極的に病院を受診することをお勧めします。

### Face : フェイス・顔

「いっつ」と、言ってもらおう  
片方の顔が下がっていませんか？  
口が下がっていませんか？



### Arms : アーム・腕

「両手を挙げてキープ」してもらおう  
片方の手が下がってきませんか？



### Speech : スピーチ・言葉

「今日は天気がいいです」と、言ってもらおう  
ろれつがはっきりと回っていますか？  
言葉が正しく話せてますか？



これらの症状がひとつでもある場合

### Time : タイム・時間

「おかしい」と感じたら、  
ためらわないで救急車！



発症時間を確認し、  
すぐに119番に電話して下さい



救急車  
お願いします！  
9時に症状が  
できました！

脳血栓回収療法が可能な施設（2019年4月1日現在）

延岡西臼杵医療圏：無し

日向入郷医療圏：和田病院

西都児湯医療圏：西都児湯医療センター

宮崎東諸県医療圏：宮崎大学医学部附属病院、潤和会記念病院

都城北諸県医療圏：都城市郡医師会病院、藤元総合病院

日南串間医療圏：宮崎県立日南病院

西諸医療圏：無し