

令和7年度 脳卒中予防啓発番組放送

令和7年10月1日～10月29日 エフエム仙台で脳卒中啓発番組が放送されました。

10月29日の世界脳卒中デーを含む毎年10月は脳卒中月間です。宮城県対脳卒中協会ではエフエム仙台の番組「モーニング・フラッシュ」の中で、「知って安心、脳卒中の予防と治療」と題する番組を5週連続で紹介してもらいました。

放送日は毎週水曜(1日、8日、15日、22日、29日)の午前10:00時からで、DJ 千葉めぐみさんの司会によって、東北大学病院脳神経外科と広南病院からのゲストが毎回異なるテーマで話題を提供しました。

【第1回令和7年10月1日放送】

ゲスト:矢澤由香子(一般財団法人広南会広南病院 副院長・脳血管内科部長)

テーマ:脳卒中を疑うサインと早期受診の大切さ

概要:脳卒中は4人に1人が罹患する意外と身近な疾患です。寝たきりになる原因の第1位でもあり、健康に長生きするためには、ぜひ予防したい病気です。「脳卒中」には脳梗塞、脳出血、くも膜下出血と3つの病気が含まれます。脳卒中の主な危険因子は、高血圧、脂質異常症、糖尿病などの生活習慣病や、喫煙、多量飲酒、肥満などです。これらを改善することで、脳卒中の予防につながります。もし脳卒中を発症してしまった場合は、後遺症を軽くするためにも、できるだけ早く専門医療機関を受診することが大切です。顔半分が動かない・ゆがむ、片方の腕に力が入らない、言葉がうまく話せない・ろれつが回らない、このような脳卒中に特徴的な症状に気づいたら救急車を呼びましょう。顔(Face)、腕(A)、言葉(S)で早期受診(Time)、FASTと覚えてください。脳卒中は早期発見・早期治療がとても重要です。ご自身やご家族、大切な人の健康を守るために、ぜひ覚えておきましょう。



【第2回(令和7年10月8日放送】

ゲスト:遠藤英徳(東北大学大学院医学系研究科神経外科学分野教授、公益財団法人 宮城県対脳卒中協会会長)

テーマ:進化している「脳卒中」の外科治療について

概要:脳神経外科では、脳や神経の病気を手術で治します。脳卒中の分野では負担の少ないカテーテル手術や内視鏡手術も進歩しています。将来的にはロボット手術も期待されます。なんといっても予防が重要で、正しい生活習慣が脳卒中を防ぎます。



【第3回(令和7年10月15日放送】

ゲスト:面高俊介(一般財団法人広南会広南病院 血管内脳神経外科部長)

テーマ:「脳卒中」の血管内治療について

概要:脳卒中の血管内治療について、未破裂脳動脈瘤の予防的治療から、ぐも膜下出血・脳梗塞の緊急治療まで、その方法やメリット・リスクをわかりやすく解説しています。



【第4回(令和7年10月22日放送】

ゲスト:五十嵐祐子(一般財団法人広南会広南病院 栄養管理部室長)

テーマ:脳卒中予防の生活習慣について

概要:脳卒中を防ぐためには、日頃の生活習慣を見直すことが大切です。お酒やたばこは控えめにし、野菜や魚、大豆製品を中心とした、塩分の少ないバランスのよい食事を心がけましょう。また、十分な睡眠をとり、無理のない範囲で定期的な運動を続けることも効果的です。さらに、「自分は大丈夫」と思わず、定期的に健康診断を受けることも大切です。もし検査で異常を指摘されたら、早めに医療機関を受診しましょう。日々の小さな心がけが、将来の健康を守る大きな力になります。



【第5回(令和7年10月29日放送】

ゲスト:遠藤英徳(東北大学大学院医学系研究科神経外科学分野教授、公益財団法人 宮城県対脳卒中協会会長)、中里信和(一般財団法人広南会広南病院 病院長)

テーマ:脳卒中にならないために

概要:脳卒中の多くは予防可能であり、高血圧・運動・食事・禁煙など生活習慣の改善が重要です。顔(Face)や腕(Arm)の麻痺、言葉(Speech)の障害に気づいたら早期(Fast)の受診と治療をめざしましょう。合言葉は頭文字をとって FASTです！

