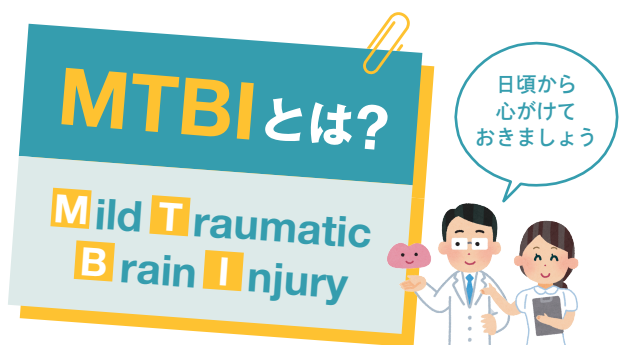


# 頭・脳を守り防ぎましょう! 軽度外傷性脳損傷

# MTBI



## MTBI (軽度外傷性脳損傷) とは

交通事故や転倒などで、頭を直接打ったり、または頭が前後左右に揺れると、脳に衝撃が伝わり、脳損傷が起こることがあります。WHO (世界保健機関) の定義では、30分以内の意識喪失、24時間未満の外傷後健忘症を示す軽度の脳損傷はMTBIと呼ばれます。

外傷性脳損傷 (TBI) は、毎年人口10万人あたり150~300人発症します。そのうち、9割が軽度外傷性脳損傷 (MTBI) と呼ばれますが、さらにその1割程度、重症化・慢性化する場合がありますので、十分な注意が必要です。

### 主な原因

原因はさまざまで、頭部の打撲や強い動揺が原因になります。

- 交通事故
- 転倒
- 高所からの転落



- スポーツ外傷
- 乳幼児の揺さぶり
- 暴力



### 主な症状

損傷された脳の場所や程度により異なり、症状には個人差があります。

- 自律神経障害 …… 頭痛、吐き気、嘔吐、めまい、発汗異常 など
- 高次脳機能障害 …… 記憶力・理解力・認知力・注意力・集中力の低下、言葉がうまく話せない、ぼんやりしている、目的を持った計画的な行動が困難 など
- 感覚障害 …… 味覚・嗅覚の異常、かすみ目(目がチカチカする)、視野が狭くなる、耳鳴り など
- 精神・行動変化 …… 依存的、光や音などに過敏になる、情緒不安定、いらいらする、固執傾向 など
- てんかん発作 …… 発作性意識障害
- 身体障害 …… 平衡感覚の異常、飲み込みの異常、むせやすい、手足のまひや動きが悪い、尿や便の出方が今までと違う など
- 睡眠障害 …… よく眠れない、以前より長く眠る など



## ■ 受診のすすめ

- 交通事故や転倒などの後に、次のような症状が現れたら、医療機関を受診してください。

- 意識状態がいつもと違う
- 手足に力が入りにくい
- 事故前後の記憶がない
- 手足がしびれる
- けいれん



- 手足に力が入りにくいなどの症状は事故後、数時間から数日、場合によっては数週間後に現れることがあるので注意が必要です。
- MTBIの診断は、画像検査でも異常が写らないことが多く、脳神経外科、神経内科、整形外科、耳鼻咽喉科、眼科、精神科、泌尿器科、リハビリテーション科などの協力による総合的な診察が必要になります。
- 記憶障害、頭痛、めまいなど、事故前と異なる症状が出現し、継続しているときは、事故から時間が経過していても、各専門医療機関の受診をおすすめします。

## ■ MTBIを予防しましょう

### | 頭を守ろう

- 赤ちゃんを強く揺さぶらないようにしましょう。泣き止まないときは一呼吸おきましょう。
- 子ども(13歳未満)が自転車に乗るときは、ヘルメットを着用させましょう。
- 自動車に乗るときは体格に合ったチャイルドシートやシートベルトをしましょう。
- いすやベビーカーなどではベルトを使用し、転落を防ぎましょう。
- スポーツでは、適切な防具を着用し、転倒時に頭を守れるようにしましょう。



### | 転倒を防ごう

- 室内は整理し、じゅうたん、マットのすべり止めの使用や、手すりの設置、段差を解消するなど、身の周りの環境を整え、転倒の危険性を減らしましょう。
- 足腰の筋力をつけ、転倒を予防しましょう。
- 脱げにくく、歩きやすい、安定した靴を履きましょう。



## ■ MTBIを理解しましょう

- MTBIは、目に見えにくいため、ご本人やご家族が症状に気づきにくいことがあります。
- また、MTBIと診断されないまま、様々な症状に悩まされている方がいます。
- 周りの人から、怠けている、などの誤解を受け、十分な理解を得られず、つらい思いをしている方がいます。
- 事故等の後遺症のため、通常の生活に支障を生じていることがあり、支援を必要としています。
- 後遺症による生活のしづらさについて、私たち一人ひとりの理解と支援が求められています。

==== お問い合わせ ====

相模原市保健衛生部 疾病対策課 ☎042-769-8324



発行 令和2年4月