

まちのくすりやさん 第202号

今回のおはなし

「殿様枕症候群」

「ワクチン」



高く硬い枕 脳梗塞の恐れ

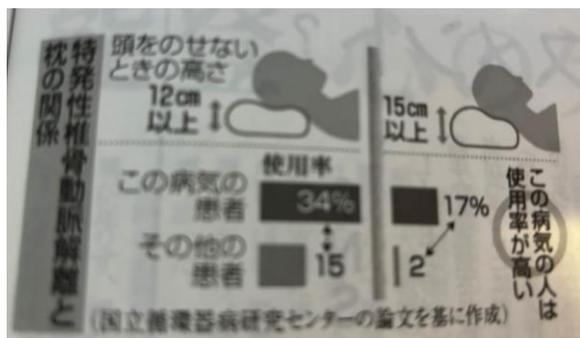
枕の好みは、人それぞれですが、高すぎる枕は、健康上の深刻な問題になるかもしれません。国立循環器病研究センター(大阪府吹田市)は、脳梗塞を起こす原因となる首の動脈の病気に、高く硬い枕の使用が関係していることを患者さんを対象とした研究で突き止めました。この関係性から、「殿様枕(英語論文ではショーグン・ピロー)症候群」と命名し、国際学術誌に研究結果を発表するとともに、新しい病気の概念として提唱しています。

国立循環器病センター 脳神経内科の江頭 柊平医師、猪原匡史部長達の研究チームは、首の骨のそばを通る動脈の内側が裂ける「特発性椎骨動脈解離」という病気の患者で、特に、原因の見当たらない症例の中に、極端に高い枕を使用している患者がいることにベッドサイドで気が付き、枕とこの病気との関係を疑いました。

論文などによりますと、この病気は、心血管の危険因子がないはずの若年から中年層でも発症します。裂けた血管に血栓ができ、これが脳に飛んで血管を詰まらせて脳梗塞を起こすことがあり、この年齢層の脳卒中の8~11%を占めるとも報告されている深刻なものです。

首をひねるような激しい運動や首への衝撃も引き金になると言われていますが、「原因が判明していない」ことを指す「特発性」が病名についているように、多くは有力な原因が見つかっていませんでした。首の角度や枕の柔らかさの影響を検討した所、枕が高いほど発症率が高い一方で、柔らかい枕と使うことで影響は緩和される傾向がみられ、高い枕による首の屈曲とこの病気の関連が示されました。

あおむけで首が曲がることの影響はありますが、それは3割程度と見込まれています。寝返りなどで首をねじる動作が合わさって発症している恐れがあると指摘されています。



高い枕に首を預け、寝たままで長時間スマートフォンを見続けるようなことも同様のリスクになり得ます。普段はあまり意識されていない睡眠習慣に思わぬリスクが潜んでいることと、枕を変えるだけで容易にリスクを下げられることを知ってほしいと研究チームの田中智貴医長は話されています。

※ 12cm以上の枕、首に負担/寝ながらスマホ注意

1997年4月2日～2007年4月1日 生まれの女性のあなた!! (おおよそ17～27歳の方)

*2007年4月2日から2008年4月1日生まれ(おおよそ16歳)の方も対象です!

HPVワクチン
(子宮頸がんワクチン)は
もう打ちましたか?



子宮頸がんの8～9割が予防できます!

2024年9月末まで に接種を始めれば

10万円→0円 (公費助成)

高校1年生までは
定期接種を!



詳しくは以下の
URLをチェック!



子宮頸がん・HPVワクチン
全般について
～HPVワクチンに関するQ&A～



厚生労働省

9価HPVワクチンの
有効性について



kanagawacc
YOKOHAMA
HPV PROJECT

HPVワクチンの
副反応について



みんなバビ!
みんなで知ろう
HPVプロジェクト

万が一副反応疑いの
症状が出た時は?
千葉県の医療機関連携について



千葉県



20歳になったら検診も受けましょう!

ちばHPVzeroプロジェクト
(千葉県産科婦人科医学会
千葉県小児科医会
千葉県保険医協会)



寒暖差が激しい日々が続いています。薬に関して、心配されている方は、遠慮なく、薬剤師にご相談下さい。

(一社) 浦安市薬剤師会

〒279-0004 浦安市猫実1-2-5 健康センター内

Tel 047-355-6812 (月～金: 10～15時)

Fax 047-355-6810

メールアドレス yaku_ura_t@urayaku.jp

ホームページ <https://www.urayaku.jp/>