

# STARS

Syncope Trust And Reflex anoxic Seizures

患者さん、そのご家族、病院関係者に、失神に関する情報提供を行っています。

あなたは、下記のいずれかの症状を経験した  
ことはありますか…



## 失神チェックリスト

詳しくは [www.stars-jp.org](http://www.stars-jp.org) お問い合わせ先 : [info@stars-jp.org](mailto:info@stars-jp.org)

このチェックリストはSTARS(Syncope\* Trust And Reflex anoxic Seizures)の専門医委員会の監修のもとに作成されました。原因が特定できない意識消失の発作を引き起こす原因疾患が、正しく診断されるようにすることが主な目的です。

このチェックリストは、あなたが経験した意識消失の発作について、情報提供とアドバイスをを行い、診察を受けるときの準備に役立てていただくために作られました。病院に行ったら、そこでどのような検査が行われるのかなども、このチェックリストでわかります。

\* Syncope (読み: シンコピー) は「失神」を意味します。

## チェックリスト: 知っておいて欲しいこと

### ☑ 「失神」とは一過性の意識消失発作です。

数秒、または2、3分の間意識を失う発作の多くは、失神といわれています。

### ☑ 原因が明らかでない意識消失の発作があった場合、12誘導心電図検査を必ず受けるべきです。(不整脈の有無を確認するため) 心電図検査で異常がないことを確認するのが重要なポイントです。

### ☑ ほとんどの意識消失の発作は失神です。

意識消失の発作は医師でさえもてんかんと推測しがちですが、実はてんかんよりも失神の方がはるかに多いことがわかっています。

血圧の調節の異常や心臓病のために一時的に脳全体に血液がめぐらなくなって意識を失うことを「失神」といいます。人口のおよそ40%の人々が生涯に1度は経験するといわれています。失神する人は全年齢層にわたっていますが、その原因は年齢により異なります。高齢者ではいくつもの原因が重なっていることが少なくありません。

### ☑ 失神したらまず主治医に相談しましょう。

失神したときに大切なことは、失神をひきおこす原因となるような重大な病気が隠れていないかどうかを病院で確認してもらうことです。失神の原因がはっきりしない場合や、特に重篤な症状がある場合、あるいは、ご家族に突然死をした人がいたり、心臓病の人がいたりする場合などは、専門医へ相談することも必要です。

### ☑ 意識消失発作の3大要因:

- **失神:** 失神は一過性の脳の血流低下、つまり一時的に脳全体に血液がめぐらなくなったために意識を失うことをいいます。失神は血圧調節などをおこなう自律神経の調節異常や、心臓に問題があるときに起こります。
- **てんかん:** てんかんは脳細胞の電気的な激しい乱れ(電気回路のショート)によって発生します。てんかん発作(Epileptic attacks)は通常、けいれん発作(seizures)ともよばれます。てんかんは脳神経の専門医が診断をします。
- **心因性発作(ヒステリー発作・パニック発作):** ストレスや不安が原因で起こります。心因性の意識消失は若年者で多く起こります。この診断は容易ではありません。「心因性」とは「病気のふりをしてしている」ことではありません。学校生活や仕事がストレスとなっていることも少なくありません。まれに虐待や幼児虐待が隠れている場合があります。

### ☑ 起こりやすい誤診を事前に防ぐ:

- 失神はてんかんと誤診されていることが多いです。
- 全人口にてんかん患者が占める割合は、わずか1%未満です。
- イギリスで行われた調査では、成人で最大30%、子供でおよそ40%がてんかんと誤診されています。
- 手足のけいれんなど、失神発作の症状の多くはてんかん発作のときに見られる症状と類似しています。
- 意識消失を引き起こす背景には、様々な原因が複合している場合が多く、原因をひとつひとつ分けることは難しいのです。

### ☑ 失神による転倒:

- 失神は、高齢者の転倒の原因となっています。特に突然の転倒や、つまずいたりすべったりしたことが原因でない場合の転倒は、失神による転倒の可能性が高いです。
- 高齢者の多くは、失神から目覚めても失神したという自覚がないことがあります。
- 「失神が転倒の原因となっている」と認識することは、転倒の再発防止や効果的な治療のきっかけとなります。

## チェックリスト: 病院に行く前に

- 病院を受診する前に、失神や転倒した際に何が起こっていたのかを、失神や転倒の前後を含めて、すべて書き出しておくことが大切です。
- ご自身の失神の状況を目撃した友人やご家族も、一緒に病院にきてもらいましょう。もし一緒に行けない場合は、失神や転倒時に見たことをチェックリストに正確に記入してもらうか、必要に応じて医師が連絡してもよいかどうかをきいておきましょう。目撃者があなたの発作の様子を再現することができれば、診断にとっても役立ちます。
- ご家族の病歴：親類に失神、てんかん、原因不明の突然死をした人がいなかったかをチェックしておきましょう。これはあなたの失神の原因をつきとめるために非常に重要な手がかりとなります。
- 診察時に何かきいておきたいことがあれば聞き忘れのないようにチェックリストにメモしておきましょう。
- 失神、てんかんの両方が疑われる場合があります。診断がはっきりしない場合は、循環器科と脳神経科を受診しましょう。
- 詳細に記入しましょう。
  - チェックリストの余白をご使用下さい。
- 病院に行くときにこのチェックリストを持っていきましょう。

## チェックリスト: 医師に質問すること

医師に聞こうと思っていたことを診察時に全部思い出せないかもしれません。そのため、ここでは診察中に聞いておいたほうがいいと思われる質問項目を用意しました。ご自身でほかに聞いておきたいことを書き留めておく欄もあります。

- 専門医の診察を受けるまで、学校や職場に行っても大丈夫でしょうか？
- 専門医の診察を受けるまで、運動をしても大丈夫ですか？
- 専門医の診察を受けるまで、車を運転しても大丈夫ですか？
- どの検査がどのような結果を示すのでしょうか？
- 最終的にどのような診断が下される可能性がありますか？
- どのような治療が必要になりますか？入院したり、頻繁に通院したりしなければならなくなりますか？
- もし治療が行われる場合、治療をすれば失神はまったくおこらなくなるのですか？治療を行わないとしたら、今後の体調管理に必要なことを教えてください。

原因不明の失神や意識消失による転倒に対して  
適切な診断が得られるようにお手伝いします。



## チェックリスト: 病院に行く前に

失神したときのことを、診察中に全部思い出せないかもしれません。このチェックリストは、ご自身で記入していただくように作られています。あなたが失神した時に、周りでその様子を目撃していたご家族やご友人がいれば、その時の様子をきいてチェックリストに記入してください。失神したときの状況を知ることが、診断にとっても有用です。

このチェックリストは、失神の原因を正確に診断するために、またあなたがどのような診療科でどのような検査すればよいのか、医師が判断するのにとても役に立ちます。

医師が正しい検査を選択し、正しい診断をするために以下の質問に対して出来るかぎり回答してください。

氏名: \_\_\_\_\_

1. 現在飲んでいるお薬があれば書いてください。 \_\_\_\_\_

2. 失神、転倒またはその両方の経験がありますか? (あてはまるものに○をつけてください。)

- 失神した                       転倒した                       両方

転倒したことがあると答えた方に質問です。転倒した原因はなんですか?

- わからない                       すべった、つまずいた

3. よく意識を失いますか? (あてはまるものに○をつけてください。)

- はい                                       いいえ

どのくらいの間意識を失っていましたか? \_\_\_\_\_

4. どのくらいの頻度で失神または転倒しますか? (あてはまるものに○をつけてください。)

- 毎日                                       毎週                                       毎月  
 4週間以上おいて

5. 失神または転倒する前になにか前兆はありましたか? (あてはまるものに○をつけてください。)

- めまい                                       汗ばんだ                                       吐気  
 顔色が悪かった                       動悸                                       その他 (                                      )

6. 失神するきっかけになったと思われることはありますか? (あてはまるものすべてに○をつけてください。1回目と2回目の失神についてその前兆が異なる場合は経験したものの全てに○をつけてください)

- 痛みまたは恐怖があった               空腹だった                                       飲酒していた  
 睡眠不足                                       ストレス過多                                       まぶしい光を見た  
 不安があった                                       座っている、または寝ている姿勢から立ち上がった  
 長時間立っていた                       暑かった                                       運動していた  
 その他 (                                      )

## 7. 気を失っていたときの状況を教えてください。

(記憶がない場合は、あなたが気を失った時にその様子を見ていた人にきいてみてください)

ご本人記入欄 \_\_\_\_\_

友人家族など目撃情報記入欄 \_\_\_\_\_

手足が震えていましたか？(けいれんしていましたか?) \_\_\_\_\_

- 不規則に震えていた                       規則的に震えていた

腕が頭の上をぐるぐる回っていましたか?\*

- はい     いいえ

目は開いていましたか?\*

- わからない                                       開いていた                                       閉じていた

「開いていた」に○をした方に質問です。そのとき目はどのように動いていましたか？

---

---

---

## 8. 失神後について

失神、転倒してから意識が戻るまでにどのくらいの時間がかかりましたか?\* \_\_\_\_\_

意識が回復してから気分が混乱しましたか？ その気分はどのくらい続きましたか？

---

---

失神、転倒後の気分はいかがでしたか？ \_\_\_\_\_

---

---

失神、転倒はあなたの生活の質(Quality of Life)を落としていますか？

- はい     いいえ

\*あなたが失神していた時の様子を目撃していた人がいれば、その人に聞いて記入して下さい。

## 9. ご家族について

ご家族にも意識消失の経験がある方がいらっしゃいますか？

- はい(続柄: \_\_\_\_\_)                                       いいえ

ご家族に55歳以下で突然死をされた方はいらっしゃいましたか？ 原因は何でしたか？

---

---

その他、聞いておきたいことを記入して下さい。

---

---

## チェックリスト: 病院で受ける専門的な検査について

- ☑ 診察後、失神の原因を明らかにするために、いくつかの検査を受けることになります。あらかじめどのような検査をするのかを知っておけば、安心して病院へ行けるでしょう。事前により多くの情報を知りたい場合は [www.stars-jp.org](http://www.stars-jp.org) まで
- ☑ 最新の失神の診断・治療ガイドラインには、失神したと考えられる患者が受けるべき検査が記載されています。あなたの失神の特徴に基づいて、適切な検査を受けられるかを確認しましょう。

### 原因不明の失神を経験した患者は必ず12誘導心電図検査を受けます。

- **12誘導心電図検査(ECG)**—原因が明らかでない失神があった場合は必ず12誘導心電図検査を受けるべきです。循環器科など不整脈の専門医に心電図をみてもらいましょう。

### 失神の原因を明らかにするための検査:

- **横になっている時と立ち上がった時の血圧の測定**—起立後の血圧低下は、めまい、失神・転倒の原因となることがあります。特に、抗圧薬や利尿剤を服用している高齢者に多く見られます。
- **ヘッドアップティルト検査**—この検査は、心電図モニター・血圧モニターにつないだまま、失神や意識消失の発作を誘発する検査です。
- **ホルター心電図検査**—日常生活時の心電図や、失神発作やめまいなどの症状が起こったときの心電図を記録するものです。もしあなたの失神が1週間に1回以下の頻度であれば、24時間の検査を1週間続けても問題が見つかることはまれです。ですから、この検査で原因がわからず、他の検査をしなければならぬかもしれませんが、心配はいりません。

- **植込み型心電用データレコーダ (ILR)**—失神が数週間に一回しか起こらないような頻度の低い失神の場合、または他の検査で原因がわからないような場合に、数ヶ月にわたって心電図を監視できる医療機器です。この植込み型心電用データレコーダは約3年間皮下に植え込んだままにしておくことが可能です。

### てんかんのための検査:

- **脳波検査(EEG)**—てんかんを調べるために行う検査です。脳波検査はてんかんかどうかを診断するためだけの検査ではなく、脳神経科医がどのタイプのてんかんが起きているのかを診断するのにも有用な検査です。特に35歳以上の患者に対して、この検査はとても効果的です。
- **MRIまたはCT検査**—この検査は、てんかんがあるかどうかを判断するためではなく、てんかんが疑われる場合にてんかんの原因を見つけるために行う検査です。

日本語訳：セント・ジュード・メディカル株式会社  
松田佳菜子

日本語版監修：産業医科大学病院 安部治彦  
慶應義塾大学病院 鈴木昌