



「意識を失う」のお話

ある時、突然意識を失って倒れてしまうと誰もが驚いてしまいます。もちろんそのような時には様子を
見ないですぐに受診、もしくは救急車を呼ぶことが必要です。

意識を失う原因は様々です。しばしば遭遇する主な原因について理解してみましょう。

意識がなくなる場合は大きく二つのパターンが考えられます。
意識がなくなっても元に戻る場合、これは失神であることが多いです。
意識がなくなると、そのまま戻らない場合、これは意識障害となります。

まず、意識が元に戻る、失神の主なものからお話します。
皆さんも、学校などの朝礼などで友達が急にバタンと倒れる場面を見た経験はあると思います。顔が
真っ青になり冷や汗をかいていますが、少し横になって休んでいると回復します。これは自律神経の動
きがアンバランスになることによって起こります。血圧が下がり一時的に脳の血流が低下することが原
因です。起立性調節障害といえます。
特に10歳から16歳での発症が多いです。意識を失わなくても立ち眩みや、朝起きれない、様々な不調
の症状により周囲からは「サボリ病」だと誤解を受けることがあります。

同じような自律神経の動きのアンバランスが大人にも起きることがあります。年齢を重ねると少しずつ
動脈硬化が進み血管が硬くなってしまいます。血圧を調節しようと自律神経が頑張っても、血管が硬い
ために素早く、うまく調節が追い付かないことがあります。こんな時には一時的に脳の血流が低下して
意識を失ってしまうことがあります。お風呂に入って全身の血管の緊張がゆるんでいるのに、急に立ち
上がった時、トイレで排尿、排便して急にリラックスしたときに起きやすいです。また食事中や食後、
恐怖、疼痛などのストレスで起こる場合もあります。

でも、もしこのような思い当たる誘因がなくてもしばしば気を失って倒れるような場合は不整脈のよう
な原因が心臓にある場合や、てんかんの可能性があります。

次に、意識の戻らない意識障害のお話です。
急に意識を失って、そのまま戻らない場合は何か脳で異常事態が起きた可能性があります。特に多いの
が脳卒中です。例えば、くも膜下出血です。一般に急な激しい頭痛を特徴としますが、頭痛どころでは
ないくも膜下出血の場合意識を失ってしまいます。頭の中の圧力が上がってしまい心臓から十分な血液
が行かなくなり意識を失ってしまいます。脳出血でも同様に起こることがあります。また、血管が詰
まってしまう脳梗塞でも、大きな血管、特に脳の中央部分に走る血管が急につまると意識障害をきたし
ます。

その他にも、糖尿病の方であれば低血糖発作、アルコールを常飲される方であればビタミンの欠乏、ミ
ネラルのバランスの乱れなど血液的にも様々な要因があります。

いずれにしろ、意識を失うということは尋常なことではありません。ご家庭で原因を考えたり、意識が
元に戻るのかどうか待っている余裕はないでしょう。

迅速に、血液検査、画像検査、心電図検査を行い、原因を見つけ対応することが大切です。失神を繰り返
す場合には、かかりつけ医に相談、急な意識消失があれば遠慮なく救急要請しましょう。