

## 予防しようMTBI

- ・自転車や車に乗るときは、体格に合ったチャイルドシートを使用しましょう。
- ・乳幼児を強く揺さぶらないようにしましょう。



- ・自転車に乗るときはヘルメットを着用しましょう
- ・スポーツをするときは、防具を使用しましょう。



- ・運動や体操で足腰を鍛え転倒を予防しましょう。
- ・転倒防止のための環境を整えましょう。（室内の整理、手すりの設置、段差解消など）



## MTBIの理解と支援

外見上で症状があることがわかりにくく、周囲の理解や配慮を得られにくいといった問題があります。日常生活や社会生活のしづらさについて、私たち一人一人の理解と支援が必要です。

精神保健福祉手帳や身体障害者手帳を取得できる場合があります。お困りの際は下記お問い合わせ先までご相談ください。

### お問い合わせ

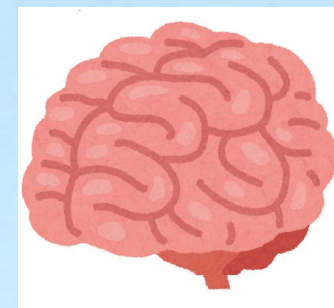


中野区 健康福祉部  
障害福祉課 障害者支援係  
〒164-8501 中野区中野4-8-1  
電話：03-3228-8706  
FAX：03-3228-5665

脳を守ろう！

# MTBI

## Mild Traumatic Brain Injury 軽度外傷性脳損傷



MTBIとは  
交通事故などで、頭を打ったり、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分以内の意識消失、24時間未満の外傷性健忘を示す脳損傷は、MTBIと呼ばれます。CT検査などで異常がない場合でも数日から数週間経って症状が現れることもあるので、注意が必要です。

中野区

## 主な原因

○交通事故



○高所からの転落

○転倒

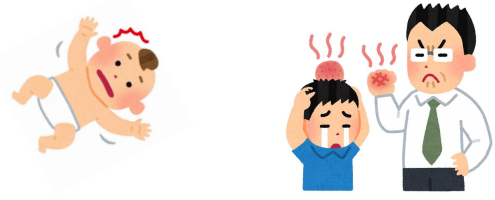


○スポーツ外傷



○暴力

○乳幼児の揺さぶり



## 主な自覚症状

○記憶・理解・注意・集中力の低下、情緒不安定（高次脳機能障害）

○発作性意識障害（てんかん発作）



○手足の動きが悪い、手足の感覚が鈍い（運動障害・知覚麻痺）



○においがしない、見えにくい、耳が良く聞こえない、味がしない、水でむせる（脳神経の麻痺）



○尿や便の出方が今までと違う（括約筋の障害）



## 頭を打った時の対応

頭を打ったあとに次のような症状があるときは医療機関を受診しましょう。

- 意識状態がいつもと違う
- 事故後の記憶がない
- 手足に力が入りにくい、しびれる
- けいれん
- 吐き気、めまい、頭痛

MTBIは頭を打ってすぐには症状が無く、数時間～数日、場合によってはさらに経過してから、症状が現れることがあります。

