

## 美容院脳卒中症候群

東京医科大学整形外科講師

遠藤 健司

(聞き手 山内俊一)

---

「美容院脳卒中症候群（スタンダード症候群）」についてご教示ください。  
ヘアサロンで頸椎後屈して洗髪後、血栓により脳梗塞やめまいを発症してト  
ラブルになっているケースが外国であるようです。日本でも山野美容専門学校  
や東京医科大学整形外科などでは研究が進んでいると聞きました。発症頻度や  
対策に関してご教示ください。

<石川県開業医>

---

**山内** 遠藤先生、スタンダード症候群、非常にファッションブルといいま  
すか、魅惑的な名前ですが、これはい  
ったいどういったところからついたも  
のなのでしょうか。

**遠藤** 昔、スタンダードがイタリア  
のほうに旅行に出かけて、教会の絵を  
眺めているときに、突然の発作で倒れ  
たということで、それがきっかけなの  
ですけれども、毎年、今でもイタリア  
の教会を観光で訪れるお客さんの中  
で、教会の絵を見上げると、それで何  
か呪いが移ったように倒れるというこ  
とで、ある意味、心理的な反応、スタン  
ダードが感動して、それで倒れたの  
ではないかという説もありますし、教会の中

で昔栄えたメディチ家の呪いが乗り移  
って、それで倒れたというような説も  
あって、原因があまりはっきりしない  
まま、スタンダード症候群と言い継が  
れているというのが現状です。

**山内** 歴史的には非常に興味深いこ  
ところですが、これと関連する美容  
院での脳卒中、こちらもまたなかなか  
ユニークといえますか、少しとっぴ  
な取り合わせとの感じもいたしますが、  
これはどういったものなのでしょうか。

**遠藤** 美容院の洗髪動作は、理容院  
とは違って、上を向いて首を後屈させ  
ながら、髪の毛が顔にかからないよ  
うにして洗髪をすると思うのですけれ  
ども、そのときの洗髪動作のときに、首

の後屈と頭の動きによって、めまいの発作が出てくるということで、体の位置は違うのですけれども、首の形が上を眺めている姿勢と非常に類似していて、また、発症したときの症状もすぐ似ているので、それは同じような原因があるのではないかと考えたわけです。

**山内** ずばり共通する症状は何なのでしょうか。

**遠藤** 急に発症するということと、発症したときに回転性のめまいが起ってくるということです。

**山内** ひどいと、これは脳卒中的なものまでいくのでしょうか。

**遠藤** MRIで観察されるところまでいくのは非常に少ないのですけれども、私どもが観察した結果ですと、小脳に梗塞が起こるといった症例もありました。

**山内** もっと軽いものと、ただのめまいみたいな、ふらつきみたいなものが出てくるということですね。

**遠藤** そういう人がほとんどで、中には少しめまいが来て首が痛いなど思っている美容院の方になかなか言えなくて、我慢しているうちにそういっためまいなどが悪化してしまうという方がいるので、具合が悪くなったら、ちょっとお声かけいただいたほうがいいのかなと思います。

**山内** さて、原因となるものは何なのでしょうか。

**遠藤** これは椎骨脳底動脈循環不全という病気がかともとありまして、頸性めまい、首から来るめまいの一つです。めまいには内耳から来るめまいや、あとは脳から来るめまい、首から来るめまい、そういったものがあると思うのですけれども、首の動きによって誘発されるめまいの中で、首から脳にしている椎骨動脈の血流不全で起こってくるめまいのことを椎骨脳底動脈循環不全。それがこの2つの現象にかかわってくると考えています(図1a、b)。

**山内** 基本的には血管が圧迫されると考えてよろしいわけですね。

**遠藤** はい。

**山内** 頻度というお話が質問にあるのですが、正確にはなかなか答えは難しいと思われませんが、先ほどの軽いめまいですか、こんなものまで入れると、けっこうありそうですね。

**遠藤** そうですね。私どもの整形の外来には首が悪い方が多いのですけれども、首が悪くていろいろめまいとか、そういったことを随伴して発症する人は5%ぐらいはいるので、その中で椎骨脳底動脈循環不全を合併している方もかなりいると思っています。

**山内** スタンダード症候群にしる、美容院脳卒中症候群にしる、非常に特殊な条件下でのものですから、むしろそれよりも一般的に、例えばいろいろな姿勢の関係でよく出てきそうな感じもしますが、いかがですか。

**遠藤** そのとおりです。私も、電球が切れたときとか、首をぐっと持ち上げて電球の取り外しをすることがあるのですけれども、そのときにちょっとめまいを感じたりとか、首の痛みと同時に手が痺れてきたりとか、そういったときはひょっとして椎骨動脈の血流が悪くなったのかなど注意して、それでちょっと中断したりすることもあります。

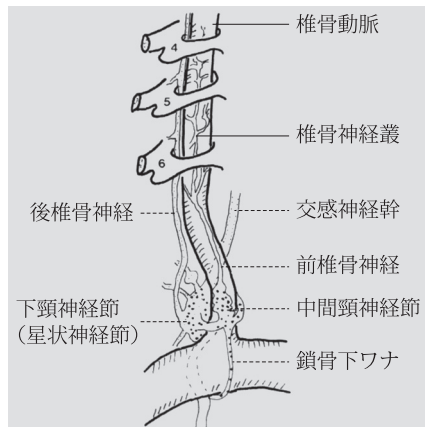
**山内** 電球の取り替えで上を向くときですね。それで無理をしていると、けっこう危ないこともあるということですね。

**遠藤** はい。

**山内** 確かにめまいが来そうな話ではありますけれども。そうしますと、基本的には姿勢と考えるとよろしいわけですね。どういった姿勢が悪いのでしょうか。

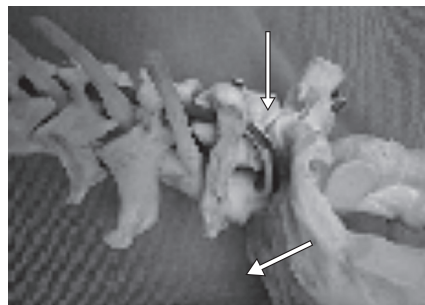
**遠藤** 頭の姿勢ということになると思うのですけれども、例えば上を向いていなくても、背中が丸くなった状態、今ですと、スマートフォンなどを使うときはどうしても手が下にあって、背中を丸くして扱うことがあると思うのですけれども、そのような姿勢で前を見るということになりますと、ただ前を見ているつもりでいても、首にとっては後屈をしている姿勢と類似した姿勢になってしまうことがあるので、そういったときのめまいとかももしかすると関係するかもしれません。

図1a 椎骨動脈循環不全



先天的狭窄  
自律神経失調（過緊張、ストレス）  
加齢による動脈硬化、狭窄  
頸椎の変形による圧迫

図1b 椎骨動脈



頭部が後屈すると、椎骨動脈が後頭骨と第1頸椎との間で挟まれて狭窄する  
美容院後頸性めまい (Endo : Spine. 2000)

**山内** 今、パソコン作業も含めて、首を前に突き出して仕事をするという機会が非常に増えています。しかも、

長時間が多いですね。そうしたときに、ふっと出てきうるような、そういった状況ですね。

**遠藤** あごの突き出し姿勢が椎骨動脈のところを少し圧迫してしまう可能性があるのですが、後屈の姿勢、しかも首を回旋させるような、あごを突き出して首を回すような姿勢が非常に危ない姿勢かなと思います。

**山内** 姿勢そのものに関心を向けてほしいということですね。猫背などの方はけっこう危ないのでしょうか。

**遠藤** 自分では真っすぐ前を見ているつもりでも、首にとっては後屈している姿勢になるので、首だけではなくて、胸椎、背中部分を真っすぐにしていただくことが、首の姿勢を楽にさせることの土台づくりなので、ぜひ患者さんにご指導していただく場合には、首だけでなく、背筋を伸ばしていただいて、あごを引くという姿勢が非常にいいのかなと思います。

**山内** 確かに「姿勢をよくしなさい」とまではいっても、具体的な指示がないということがあるのですが、どのように指導すればよろしいのでしょうか。

**遠藤** 長い期間オフィスの仕事をしていたり、台所仕事も前屈みが多いと思うのですが、そういった仕事が多い方は背筋が弱くなってくるため注意が必要です。

**山内** 背中筋肉ですね。

**遠藤** そうですね。背中筋肉とい

図2 肩甲骨ストレッチ運動



肩甲骨に意識を集中して腕を使って肩甲骨を動かします。

うのは、1日のうでしっかりと収縮させるチャンスをも自分でつくりたくないで、肩甲骨を寄せるような運動を1日2回、短い時間でかまわないのでしていただくのがいいのかなと思います(図2)。

**山内** 1日にたった2回ですか。

**遠藤** はい。これは筋肉を鍛えるだけではなくて、むしろ肩甲骨と肋骨の間の拘縮、肩甲骨が動かなくなる状態に姿勢が固まるのを防ぐという意味なので、拘縮を予防するというこで、12時間おき、朝起きて夜寝ると、それはそれなりにあまり動きがないので、12時間おきにしっかりと肩甲骨を動かすことで、姿勢の柔軟性が出てくると考えています。

**山内** 両側の肩甲骨を寄せるような運動を2~3回、朝夕ぐらいですか、1日に2回ぐらいやると、随分違ってくるものなのですか。

**遠藤** はい。一回一回をしっかり、ゆっくりとやっていただいて、肩甲骨をまるで肋骨からはがすようにして動かしていただくというのが、姿勢をよくすることのまず第一歩かなと思っています。

**山内** 同じような姿勢を長時間とっているというのも悪いのでしょうか。

**遠藤** 不動化、体を動かさないということと、あとそれにプラス、精神的なストレスが加わると、非常に自律神経の症状を誘発させやすい状態になるので、動かさないということ避けるということと、ストレスをため込まないようにするというのも、めまい発作を防ぐ意味では大切かなと思います。

**山内** オフィスで1時間ずっとパソコンなどにらめっこした後は、1分でもいいから、少し背筋を伸ばしてとか、そういったものもいいわけですね。

**遠藤** ついついあともう少しと思って、仕事の切れのいいところまで頑張り過ぎてしまう。そうすると、長いこと仕事が続けられなくなるので、30分に1回は少し体を動かして、また次の仕事に取りかかるのがいいのかなと思います。

**山内** 予防効果にも当然なると考えてよろしいのでしょうか。

**遠藤** これは予防が一番大切で、めまいというのは起こってからだと、なかなかそのときの対処というのは安静と首の位置を整えるぐらいしかないのですけれども、起こらないように予防することは1日の中でほかにも非常にメリットが出てくるので、運動して姿勢を整えるということを行うのがいいかと思います。

**山内** どうもありがとうございました。