

よ ぼう  
**予防しようMTBI**



じてんしゃの  
**自転車や車に乗るときは、**  
 たいかく  
**体格にあったチャイルドシートを**  
 しよう  
**使用しましょう。**

つよ ゆ  
**強く揺さぶらない**  
**ようにしましょう。**

じてんしゃの  
**自転車に乗るときは、**  
 ちやくよう  
**ヘルメットを着用しましょう。**



スポーツをするときは、  
 ぼうぐ しよう  
**防具を使用しましょう。**



うんどう たいそう あしこし きた  
**運動や体操で足腰を鍛え**  
 てんどう よ ぼう  
**転倒を予防しましょう。**

てんどう ぼう し  
**転倒防止のための環境を整えましょう。**  
 すべ かいだん て せっち だん さ かいしよう  
**(滑らない階段・手すりの設置、段差解消など)**



り かい し えん  
**MTBIの理解と支援**

がいけん じよう しようじよう  
**外見上で症状があることがわかりにくく、**  
 しゅうい り かい はいりよ え  
**周囲の理解や配慮を得られにくい**

もん だい  
**といった問題があります。**

にち じようせい かつ しゃ かい せい かつ  
**日常生活や社会生活のしづらさについて**  
 わたし ひとり ひとり り かい し えん ひつ よう  
**私たち一人一人の理解と支援が必要です。**



**問い合わせ先**

精神保健に関する相談

健康推進課予防係 ☎ 3541-5930

日本橋保健センター ☎ 3661-5071

月島保健センター ☎ 5560-0765

身体障害者手帳・精神障害者保健福祉手帳に関する相談

障害者福祉課相談支援係 ☎ 3546-6753

高次脳機能障害に関する相談

福祉センター支援係 ☎ 3545-9311

のう まも  
**脳を守ろう!**

**MTBI**

**Mild Traumatic Brain Injury**

けい ど がい しよう せい のう そん しよう  
**軽度外傷性脳損傷**



**MTBIとは**

こう つう じ こ がいしよう あたま う あたま  
**交通事故やスポーツ外傷などで頭を打ったり、頭が**  
 つよ ゆ  
**強く揺さぶられたりすると、脳に衝撃が伝わり、脳**  
 そんしよう お せ かい ほ けん き  
**損傷が起こることがあります。WHO(世界保健機**  
 こう ほう こく ぶん い ない い じき そうしつ じ かん  
**構)の報告によると30分以内の意識喪失、24時間**  
 み まん がいしよう こ けん ぼう しめ のう そんしよう よ  
**未満の外傷後健忘を示す脳損傷は、MTBIと呼ば**  
**れます。**

しゅうげき けい ど けん さ いじよう ば あい  
**衝撃が軽度でCT検査などに異常がない場合でも、**  
 そうしつ ずう しゅうかん た おも しようじよう なが ひ しようじよう あら  
**数日から数週間経って重い症状や長引く症状が現**  
**われることがあり、注意が必要です。**

