



# てんかん

てんかんとは、脳の一部が活発に活動しすぎるために、「てんかん発作」がくり返しおきる病気です。てんかん発作は、神経の機能に対応した症状が現れます。身体の一部あるいは全身がけいれんしたり、また意識だけが失われるなど症状は様々です。

「てんかん」は、100～200人に1人の割合で生じ、日本には約100万人の人がいると推計されています。遺伝病ではなく、どの年代でも見られる身近な病気で、薬や外科治療によって発作のほとんどはコントロールできます。

## てんかんのある人はこんなことに困っています

- 正しい情報が知られていないため、「差別」や「誤解」、「偏見」が問題になりやすい病気です。
- 疲れすぎたり、寝不足が続くと発作が起きやすくなります。
- 発作が起きることへの不安から新しいことに挑戦することをあきらめたり、引きこもりがちになることもあります。

## てんかん発作がおこったら

**ポイント1** まず、あわてずに見守りましょう

**ポイント2** まわりの人ができること

●危険を避ける

意識の失われる発作では、危ないものを遠ざけましょう。

倒れる危険性がある場合には、頭を床に打たせないようタオルなどやわらかいものを敷きましょう。

●動作に自然に寄り添う

発作が起きている間は、無理に動かそうとせずに見守りましょう。意識がなくて歩きまわるときは後ろから付いていくなど、自然に寄り添いましょう。

●発作の様子をくわしく見ておく

時計を見て発作の持続時間をチェックしたり、発作の間の表情の変化を観察するなど発作の様子をくわしく見ておくことで病気を理解する手がかりになります。

**ポイント3** やってはいけないこと

●口にハンカチなどの物を入れる

●けいれんを止めようと体を押さえる

●早く意識を戻そうとして刺激する

**ポイント4** 意識が回復しないのに次の発作が連続して起きる、けいれん発作が10分以上続くようなときには、病院を受診しましょう



# 高次脳機能障害

脳卒中などの病気や事故が原因で脳が損傷を受けて、記憶力や注意力が低下したり、感情のコントロールが困難になるなどの症状が現れ、日常生活や社会生活への適応が困難になる症状のことを「高次脳機能障害」と呼びます。

高次脳機能障害は、日常生活や社会生活への適応が困難となる一方、肢体不自由など身体的な後遺症がない場合、外見からは症状がわかりにくく、本人の自覚症状がない場合も多いことから、「見えない障害」とも言われています。

## 高次脳機能障害のある人はこんなことに困っています

- ①**失語**:発声、聴覚は正常なのに、言葉が出てこない、理解できない。
- ②**失行**:手足は動くのに、適切な行動(挨拶・手招きなど)ができない。
- ③**失認**:感覚的には感知できるが、それが何であるかを判断できない。
- ④**感情等の障害**:いつもイライラしていておこりっぽい。人が変わった。

※それ以外にも、判断力、問題解決、社会適応などの重要な高次脳機能の障害もあります。また、記憶障害がなく失語のみを示す人もいます。



## 高次脳機能障害のある人と接する時は

高次脳機能障害の症状は、脳の損傷した場所によって、人それぞれ異なり、重症度も様々です。また、その場の環境や対応する相手によって、現れ方が異なる場合もあります。しかし、周囲の環境を整えたり、対応の仕方を工夫するなど、適切な対応を行えば、それまでうまく出来なかったことが出来るようになったり、問題行動が減ったりすることがあります。

### 正しい理解と支援を

日常生活や対人関係、仕事などがうまく行かず自信をなくし、混乱や不安の中にいることを理解しましょう。これまでの生活や人生観などを尊重した関わりをもつようにしましょう。

### 家族・周囲の人が 高次脳機能障害を 理解する



### 具体的に伝えましょう

ゆっくり、わかりやすく、具体的に話しましょう。情報は、メモを書いて渡し、絵や写真、図なども使って伝えましょう。何かを頼むときには、一つずつ、具体的に示しましょう。

### 気分転換を促しましょう

疲労やいらいらする様子が見られたら一休みして気分転換を促すようにしましょう。

### 「簡単」「シンプル」に!

「手順を簡単にする」「日課をシンプルにする」「手がかりを増やす」など、環境の調整をすることが大切です。