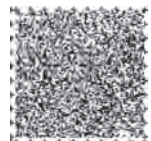




# てんかん

脳の神経の一部が活発に活動しすぎるために、「てんかん発作」が繰り返して起きる病気です。てんかん発作は、神経の機能(はたらき)に対応した症状が表れます。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人に一人の割合で生じ、日本には約100万人に一人がてんかんがあ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す。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。



▲目の不自由な方のための音声コード



## 配慮

こんなサポートがうれしい!

### 「てんかん」について正しく理解してください。

てんかんのある人は、学校や職場、家庭や地域において、様々な悩みを抱えて生活しています。周囲からの正しい理解が得られず、「差別」や「誤解」「偏見」が問題になりやすい病気です。てんかんについて、正しく理解し、サポートしてください。

### 発作のときは、体を押さえたりしないでください。

発作が起きているときは、名前を呼んだり、体を押さえたり、揺さぶったりしてはいけません。「舌をかまないように」と、口の中に指、タオルなどを入れてはいけません。自然に回復するまで待ちましょう。発作の後眠ってしまったときにも、そのまま様子を見てください。

### 発作が起こったら、まずはあわてず見守ってください。

まず、あわてずに見守りましょう。周りに熱い物やとがった物があれば遠ざけた上で、無理に体を動かさず、発作の様子を詳しく見ておきます。意識が回復しないのに次の発作が連続して起きる、発作が10分以上続く、といったときには、病院での受診が必要です。

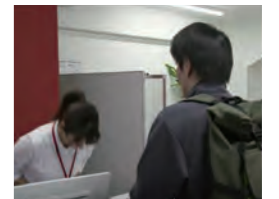
### 疲れすぎたり、寝不足が続くと発作が起きやすくなります。

薬は絶対に飲み忘れてはいけません。テレビゲームの強い光、寝不足、疲れ、発熱、飲酒、ストレスで発作が誘発されることがあります。健康を保つために、よい生活習慣を身につけることが大切です。周りの人は配慮をお願いします。

## 事例

例えば、こんなことがあります。

現在の治療で、約8割の人のてんかん発作が抑制されています。子どものとき「てんかん発作」をよく起こしていた人も、大人になって治療と薬でほぼ発作はおさまり、差し支えなく生活している人も少なくありません。それでも、スポーツクラブの利用などを断られるケースがあります。正しい理解をしてください。



▲スポーツクラブへの入会を断られるケースもあります

### 【相談＆問合せ先】

公益社団法人日本てんかん協会鳥取県支部

※詳しくは、障がい福祉関係団体一覧(P40)又は相談機関一覧(P42)をご覧ください。



▲目の不自由な方のための音声コード