



## 健やか豆知識

第30回



タカちゃん

# Q. てんかんのある子どもに対する遠足時の対応で正しいのは?

- Ⅰ 保護者が目的地まで車で送る
- Ⅱ 学校で自習をさせる
- Ⅲ 皆と一緒に歩けるところまで歩く

高田製薬は、患者さんや医療関係者の声に耳を傾け、医療ニーズに合った医薬品の開発と情報提供で、健康な社会づくりに貢献します。

—人びとの健康を願って—  
高田製薬株式会社

## てんかんと向き合いながら、さまざまな行事に積極的に参加しよう

てんかんは、脳が突然興奮し、発作が繰り返して起こる脳の病気です。生まれつきの場合や事故等による脳の損傷、インフルエンザ脳症の後遺症など、さまざまな原因で発症する可能性があります。1,000人のうち5~8人が罹患しているといわれており、決して珍しい病気というわけではありません。

子どものてんかんによる発作を心配するあまり、日常生活、体育や学校行事などの行動を制限してしまうことがあります。しかし、必要以上に制限することで、成長・発育に必要な運動能力や社会的コミュニケーション能力を伸ばす機会や、実力を発揮する機会を減らしてしまうことになります。

子どもは、学校などでの集団生活や友だちとのかかわりの中で、さまざまな経験を積み成長し、社会性を育んでいきます。友だちと同じ活動ができないことが続くと、次第に自信をなくしてしまいがちです。そうならないためにも発作が起こった際の備えをしつつ、たとえば遠足であれば歩けるところまでは皆と一緒に歩くなど、まずは「できるところまで」という気持ちで、行事などへ少しずつでも参加し、経験を重ねていけるといいですね。

医師の診断書をもって、学校の養護教員や担任などに行事や授業への参加の仕方や学校との連携について相談するのもよいでしょう。各都道府県には小児慢性特定疾病児童等自立支援員が配置されており、生活面等の相談をすることもできます。

子どもの病気を家族だけで抱え込まずに、医師や学校の先生たちと密なコミュニケーションをとり、てんかんと向き合いながら、さまざまな経験を積めるようにしてあげたいですね。

監修 高橋 幸利 静岡てんかん・神経医療センター院長 < ① 誤り >

さらに詳しい情報は  
ホームページで!



< 正解 Ⅲ > 一緒に歩けるところまで歩く

## クイズの解説

### 発作が起こった際の備えをしつつ、「まずはできるところまで」やらせてあげましょう

てんかんのある子どもであっても、特別な育て方はありませんし、してはいけない運動もほとんどありません。ただし、発作を起こすことで命の危険にさらされる場合（例えば水泳、登山やスキーなど）は注意を要するので、医師に相談してください。医師から運動を制限されていなければ、てんかんのある子どもも体育の授業やすべての活動に普通に参加させてあげてください。適度の緊張感をもって運動しているときは、てんかんの発作は起こりにくいといわれています。運動は、子どもの身体機能を高め、がんばる心や友だちと協同する力を育てるためにとても大切です。校外学習や宿泊学習なども、学校を離れた場所でさまざまな社会体験ができる貴重な学習機会ですし、大切な社会経験や友だちとのかかわりなど、貴重な経験や思い出となりますので、校外学習や宿泊学習に参加させることが推奨されています。

また、学校行事に参加させるとしても、たとえば発作を心配して保護者が遠足に付き添うことがあります。子どもにとっては自分だけが特別扱いされているようで、劣等感を持ったり、自信をなくしてしまったりすることがあります。担任の先生と発作時の対応を話し合った上で、遠足であれば皆と一緒に歩けるところまで行き、途中で体力が続かない場合は目的地まで乗り物で行くなど、「まずはできるところまで」やってみて、成功体験を重ねられるとよいですね。

これらの体験を子どもにさせるには、**家庭・病院・学校の協力**が必要です。てんかんを正しく理解して積極的に治療に参加（薬を規則正しく服用）し、病院や学校と協力しながら、さまざまな経験を積めるようにしてあげたいですね。

【紹介】 てんかんのある子どもが病気を自己管理でき、自立できるように支援する **Famoses (ファモーゼス)** というプログラムがあります。（静岡てんかん・神経医療センター等で実施）

## 家庭・病院・学校の協力

### 家庭

- てんかんを正しく理解し、規則正しい生活が送るように心がける。
- 学校に必要な注意や状況を伝え、協力を求める。
- 長期にわたる服薬が必要になるため、医師の指示通り、薬の飲み忘れなどがないように、定期的な服薬管理、副作用のチェックをする。（医師とよく話し合い、積極的に治療に参加・各種相談）

### 病院

- 適切な診断や薬の選択・調整を行い、ご家族に（必要があれば、学校にも）てんかんの知識を提供し、治療に必要なことや注意すべきことを指導・その他相談に応じる。

### 学校

- てんかんを正しく理解し、どのような発作が起こるかを把握し、発作時は適切に対応する。どのような様子であったかを家庭に知らせる。
- てんかんがある子どもが、できる限り日常生活を普通に過ごせるように、授業の遅れや周囲の先入観などをなくすような工夫をする。