



「てんかん」について

あなたに知ってほしいこと

「てんかん」とは

脳の神経の一部が活発に活動しすぎるために、てんかん発作がくり返しおきる病気です。てんかん発作は、神経の機能（はたらき）に対応した症状が現れます。身体の一部あるいは全身が痙攣したり、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100万人の方がおられ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。

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。

こんな配慮をお願いします

「てんかん」について正しい理解をしましょう

てんかん発作がおこったら

- まず、あわてずに見守りましょう。
- 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おきましょう。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
発作の正しい時間を知るために時計を見る、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病気を知る手がかりになります。
- やってはいけないこと
 - 口にハンカチなどの物を入れる
 - 痙攣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
- 意識が回復しないのに次の発作が連続して起きる、痙攣発作が10分以上続くようなときには、病院で受診しましょう。

詳しくは

社団法人日本てんかん協会（波の会） 島根県支部

〒690-0017 松江市西津田2-2-20

電話：0852-23-5320 FAX：0852-23-5320