

1. 発作への対応

患者の安全を確保し「そっと見守る」

てんかん発作の症状は一人一人異なります。まずはご自身の症状を知ることが大切です。

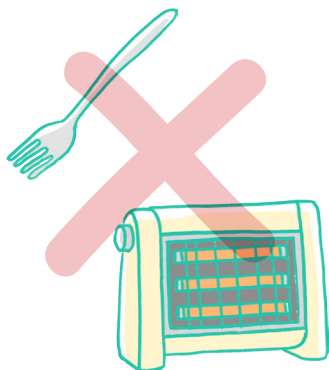
てんかんのある人の中には自身の症状を自覚できる方がおり、それは何か感覚的な前ぶれ(前兆と呼びます)であることもあれば、それ自体が発作症状であることもあります。このとき自分自身にしっかりと意識があれば、すわる、横になる、行動や作業を休めるなどの対応をすることができるでしょう。最初はそういう自覚症状であっても、その後だんだん意識が薄れて意図しない行動をとったり、けいれんを起こして倒れたりする場合もあるので、そういう症状のある場合は周囲への助けを求めましょう。

一方で、発作時の症状を自覚できない人の場合は、みずからそのような危険を回避することが難しいと思います。寝不足や体調不良など、発作が



起こりやすいときは休養する、誰かと一緒に活動するなどのルールを決めた方がよいかもしれません。けいれんで急に倒れたりするような発作症状の場合は、けがにも気をつける必要があります。発作が頻回で、それをどうしても予防できない場合は、サポーターやプロテクター、保護帽などの使用を考えましょう。

一緒に暮らす家族や周囲の仲間がてんかん発作を目撃した場合、一番大事なことはその身の安全を確保することであると覚えてください。周囲に何も危険(物)がなければ、ただそっとその様子を見守るだけで十分で



す。周囲に危険物、例えば鋭利なもの、硬いもの、火や熱を生じるもの、段差や高さのあるところなどであった場合、それらの危険(物)を遠ざけるような対応を行って、発作から回復するのを待ってください。全身けいれんのような激しい症状であっても、通常は数分で症状は治まり、少しずつ意識を取り戻します。発作後に呼吸が荒かったり、いびきをかいていたり

する場合がありますが、その時は顔や体を軽く横向けます。意識が完全に回復する途中で、てんかんのある人が無意識に思わぬ行動をとる場合があるので、その時も危険が及ばないか観察をしてください。基本的に発作が治まって回復すれば、救急車を呼ぶ必要はありませんが、例外がありますので次のページをご覧ください。

公共の場で見ず知らずの人がてんかん発作を目撃した場合も、同じような対応で問題ありませんが、多くの場合は救急車を呼ばれることになるでしょう。発作時の対応が記載されたタグ型のヘルプマークなども配布されているので、不安な場合はバッグやカバンなどに着けておくのもよいでしょう。

ヘルプマーク・ヘルプカードを配布しています！

援助や配慮を必要としていることが外見からは分かりにくい方が、身につけることで、周囲の方に配慮を必要としていることを知らせるためのマークです。

問い合わせ先 長崎県障害福祉課



▲ヘルプカード

タグ型のヘルプマーク▶



いざという時のために…



救急車を呼ぶ、あるいは救急受診をした方がよいとき

「そっと様子を見守るだけで十分です」とお話ししましたが、以下のような場合は救急車を呼ぶことを考えましょう。



けいれん発作が5分以上持続する、意識が回復することなく次の発作が生じる、あるいは通常よりも短い間隔で複数の発作が生じる場合など

これらの状況では、「てんかん重積状態」という早急な治療が必要な状態にあります。救急車を要請、もしくは救急受診を医療機関に相談してください。

ただし、その人によって、対応や救急車を要請する基準が異なる場合（例えば緊急治療薬の投与など）もありますので、かかりつけの医師の指導に従い行動してください。



2 発作後に呼吸困難や顔色不良が続く、意識が回復しない場合



発作の影響の他に、吐物などを誤嚥していたり、発作で倒れた時に頭部や体幹などを強く打撃したりしている可能性があります。救急車を要請してください。

3 けがをしたかもしれない場合



転倒等のけがで出血が続いたり、切り傷が深いなどの場合は手当てや処置が必要だったりすることがあります。出血を伴わない打撲の場合でも腫脹(腫れ)や痛みが強い場合は骨折等の心配もあります。救急車を要請、もしくは救急受診を医療機関に相談してください。

4 その他、いつもと違う、不安を感じる場合 など



その人にとって初めての症状が見られる、あるいは普段と様子が異なる場合など不安を感じる場合は、医療機関へ相談してください。

てんかん重積状態（けいれん重積状態）

けいれん発作が長時間持続する、意識が回復することなく次の発作が生じる場合などは、救急治療が必要です。これらの状況では、てんかんのある人が「てんかん重積状態」になることが一番怖いからです。「てんかん重積状態」とは、てんかん発作が止まらない脳内の異常な状態であり、まれに意識障害などの後遺症や生命にかかわることもあります。「てんかん重積状態」の治療はかかりつけの病院が遠くにある場合でも、基本的にまずは近隣の救急医療機関へ搬送してもらってください。通常は麻酔作用のある注射薬を投与し、脳の異常活動を抑えます。一見、けいれんなどの症状が見られなくなっても、脳内の異常活動が続いていることがあり（非けいれん性てんかん重積）、その際はより強い治療を行う場合があります。重積状態になる原因として、発熱などの体調不良や治療薬の急激な中止があります。体調不良時に無理をしたり、自己判断で服用を中止したりは避けるべきです。

てんかん以外の原因として、脳の急性疾患、とくに脳炎などは早急な治療が必要です。てんかん重積状態はとにかく救急受診と覚えてください。

必ず
救急
受診
を!



メモ.10

発作を目撃したらその症状を観察する

もし誰かがてんかん発作を起こしたときは、安全を確保して見守ると述べましたが、さらに余裕があれば、その症状のうち1つ2つの特徴を記憶、もしくは記録してください。例えば、「顔や目が左右どちらかを向いていた」とか、「片方の腕が突っ張っていた」とか、「けいれんする前や倒れる前から会話の様子や行動が変だった」とか、「回復して起き上がったとき半身に力が入っていなかった」とか、どんな些細な情報でも構いません。状況が許せば（例えば家族などの場合）、スマートフォンなどで動画記録してもよいでしょう。もし、それらの情報を医師へ伝えることができれば、それが重要な診断の手掛かりになり、さらに治療が上手くいく近道でもあります。

