



発達障害

発達障害

発達障害とは、

自閉症・アスペルガー症候群・その他の広汎性発達障害、学習障害、注意欠陥障害・などに類する

「脳機能障害」であり、その症状が通常低年齢において発現するものである。

平成17年4月に施行された発達障害支援法より

発達障害を負っていると、社会的に「生きづらさ」が生まれ、それがストレスとなって鬱病となる可能性がある。

パーソナリティ障害とは異なり、発達障害は完治することはない。

（パーソナリティ障害も治るまでに相当の年数がかかる。アメリカの文献では平均7年くらい）

発達障害者のうつ病は治っても、鬱病の原因となる社会的な障害は治ることがないと言われる。（多少の改善はみられる）

発達障害者の中には、奇妙な行動を取る方もいるので、対応を知っておく必要がある。

発達障害

<自閉スペクトラム症>

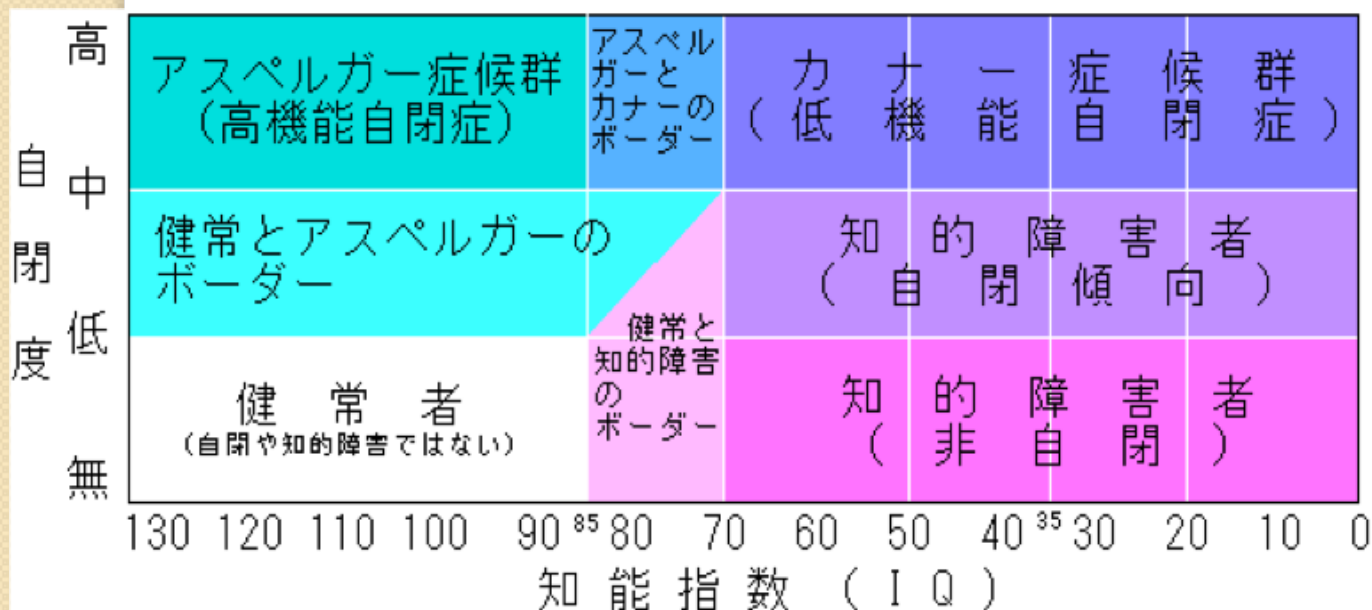
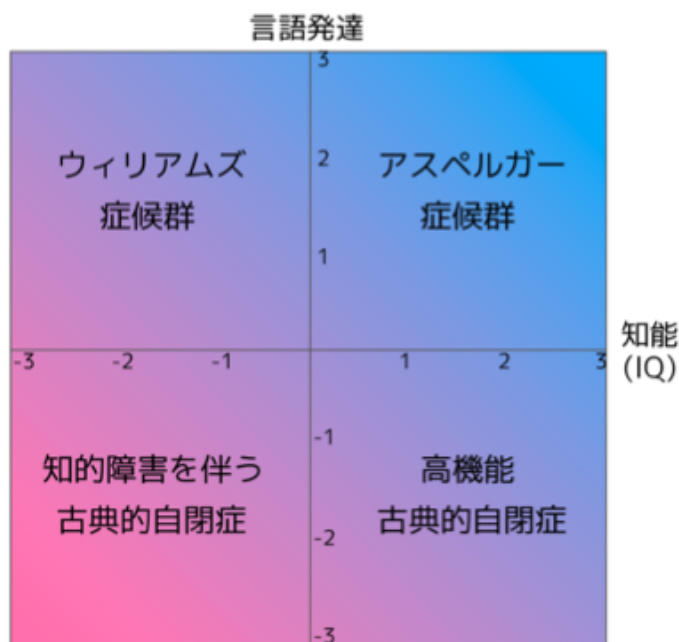
- 自閉症
- アスペルガー症候群
- その他の広汎性発達障害、

<いわゆる狭義の発達障害>

- 注意欠陥障害 (AD / HD)
- 学習障害

<いわゆる知的障害>

- 類する「脳機能障害」



自閉症とアスペルガー

自閉スペクトラム症とは

多様化した自閉症やアスペルガー、特定できない
広範性発達障害を分類しようとしたもの

☆社会的コミュニケーションや
相互作用の持続的な欠陥 = 対人関係に問題が常

☆限定された、反復的行動、興味、活動の「儀式」
= 「ほにやらするもの」という強い思い込み

②広汎性発達障害

A：広汎性発達障害（自閉症）

自閉症が代表的。他者とのやりとりができない。
他者との意思疎通が苦手であり、他者の感情が
読み取れない。

言葉の発達も遅れがあり、オウム返し傾向がある。
また、会話が一方的で、自分の興味のあることだけ
を話したり、相手の話を聞かない。

行動のこだわりが強すぎる。

B：高機能広汎性発達障害

（アスペルガー症候群、高機能自閉症）

知的は標準（IQ70以上）ぐらい。または
それ以上の方もいる。自閉症よりはコミュニケー
ション能力があるため、一般社会で生活すること
が多い。

そのため、色々な問題が本人の周囲で起こる。
コミュニケーションの障害が軽度で言葉の発達が
遅れなかった場合をアスペルガー症候群と呼ぶ。

注意欠陥多動性障害

【多動性】

＜多動性・衝動性優勢型＞

- ・ 気をそれる、細部をミス、物事を忘れる
- ・ ひとつの作業に集中し続けるのが難しい
- ・ その作業が楽しくないと、すぐ退屈

＜過活動＞

- ・ じっと座っていることができない
- ・ 絶え間なく喋り続ける
- ・ 黙ってじっとし続けられない

＜衝動性＞

- ・ 結論なしに喋りつづける
- ・ 他の人を遮って喋る
- ・ 自分の話す順番を待つことが出来ない

【不注意優勢型 (ADD)】

＜タイプ① 典型的ADD＞

主症状は「集中困難」「気が散りやすい」「整頓や時間の管理が困難」「多動」「衝動」。

＜タイプ2 不注意型ADD＞

主症状「集中困難」「低意欲」「動作が鈍い」「退屈」。頭の中は多動なのに疲れやすく活動的でない。

＜タイプ3 過集中型ADD＞

安静時・集中時ともに活動過多。注意の切り替えが困難。いやな考えや困った行動にとらわれてしまう。しつこくて心配性。頑固で融通が利かない。あまのじゃく。

＜タイプ4 側頭葉型ADD＞

主症状として「集中困難」「苛々しやすい」「攻撃的」「不吉な発想」「気分の変動が激しい」「学習困難」「愛想がない」「衝動的である」。

＜タイプ5 辺縁系型ADD＞

主症状は「集中困難」「慢性的な低レベルのうつ状態」「マイナス思考」「悲観的」自己意識が全体的に低い。

＜タイプ6 火の輪型ADD＞

「集中困難」「気の散りやすさが極端」「怒りっぽい・苛立ちやすい」「感覚過敏」「機嫌が悪い」「反抗的」「おしゃべり」。極度の他動と注意散漫、極度の衝動性、周囲への刺激への過敏さ、追い立てられるような早口、周期的な気分の変動などがその特徴である。

その他の発達障害

○ 学習障害

全般的な知的発達に遅れはないが、
「聞く、話す、読む、書く、計算する」
又は推論する能力のうち、
特定のものの習得と使用に著しい困難を示す。
また、不器用な面もある。

○ 知的障害

年齢相応の知的能力がなく、社会的自立が
できないため、他人の支援が必要となる。
ダウン症など、染色体異常によるもの
があるが、原因は特定できないものが多い。
知的障害で来院する可能性は低い

○ ウィリアムズ症候群

遺伝子疾患であり、神経発達症に区分される。
症状には智能低下などの精神遅滞、心臓疾患
などがあり、独特の顔つき（"エルフのよう
な"（顔つきと言われる））を示す。

智能低下に比べて言語は比較的良好に発達す
ることが知られており、知らない人にも陽気
に多弁に話しかける。

重い自閉症の正反対のようである。
ある意味で、ウィリアムズ症は
「病的に音楽好きな人々」と称される

発達障害の施術と対策

発達障害を直して欲しいという依頼はあまり来ない。

発達障害を抱えている子どもの親や同居者が、
「なぜこんなこともできないのか」
「なぜわかってもらえないのか」
「なぜ理解できないのか」などのストレスを抱える。

また発達障害を抱えるのが子どもの場合、学校でのストレスなどから、「頭痛」「不眠」「吐き気」「動機」などの症状を抱えることが多い。

心療内科などでは軽度の鬱やパーソナリティ障害との誤審も多いとのこと。

<施術者として>

施術者は診断はできないので、発達障害の話をこちらからは、聞かれない限りは、施術者の中での理解にとどめ、話を振らないようにしておく。

けっこうデリケートな話題。

<対策>

- ① 体のストレス、症状を解決する
- ② 感情のストレス、症状を解決する
- ③ コミュニケーションのストレスを解決する。

<ポイント>

発達障害は直そうとしない。

解消はできないので、解決を考える。



起立性調節障害

起立性調節障害とは

10歳から16歳に多く、日本の小学生の5%、中学生の約10%にみられる。

概日リズムが「5時間」程度うしろにズれている事が原因で午前中に交感神経活動が活性化しない。

一方、夜間に交感神経が活発化するため寝付きが悪くなる

<身体的な症状>

朝起きられない・めまい・立ちくらみ（脳貧血）が一番多くみられる。

動悸・息切れ・睡眠障害・食欲不振・腹痛・頭痛・倦怠感など人によりさまざまな症状が現れる。

血液による酸素と栄養の供給が悪いため、疲れやすく疲れからの回復が遅れる。

<精神的な症状>

疲労感・過換気症候群・不安障害などがみられる場合もある。

復学・復職ステップ

① 体の症状

- ・ 頭痛、不眠、お腹
- ・ 息苦しさ、もやもや
- ・ 不安、パニック

② 感情のストレス

③ 生活リズム

- ・ 目がさめる時間
- ・ 活動を始める時間
- ・ 最初に日光を浴びる時間
- ・ 就寝時間
- ・ 不眠のチェック

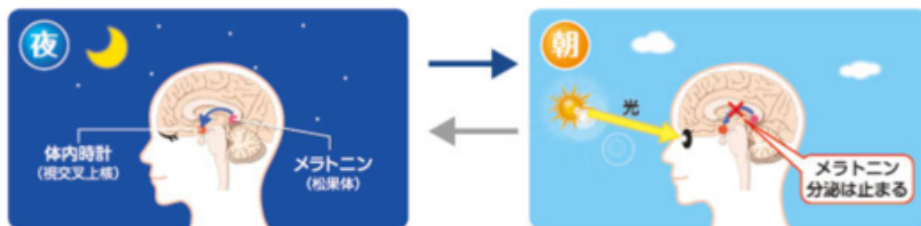
①～③が日常レベルにする。

<睡眠リズム>

睡眠リズムは、寝る時間が基準ではなく、起きる時間から。

日光を浴びてから16時間後にホルモンが出るため、体の症状がなくなってきたら、朝起きる時間を固定していく。

メラトニンとは？



**メラトニンは脳の
松果体(しょうかたい)と呼ばれる部分から分泌されるホルモンです。**

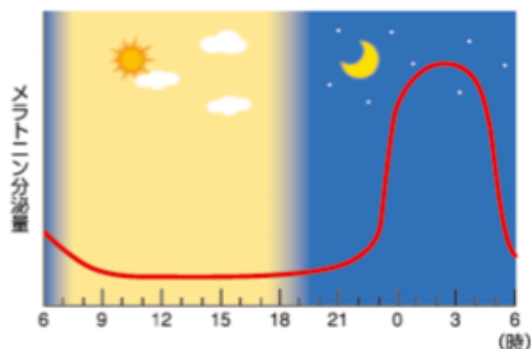
体内時計に働きかけることで、覚醒と睡眠を切り替えて、自然な眠りを誘う作用があり、「睡眠ホルモン」とも呼ばれています。

朝、光を浴びると、脳にある体内時計の針が進み、体内時計がリセットされて活動状態に導かれます。また、体内時計からの信号で、メラトニンの分泌が止まります。メラトニンは目覚めてから14～16時間ぐらい経過すると体内時計からの指令が出て再び分泌されます。徐々にメラトニンの分泌が高まり、その作用で深部体温が低下して、休息に適した状態に導かれ眠気を感じるようになります。

このメラトニンは眠りを誘うほかに、抗酸化作用によって細胞の新陳代謝を促したり、疲れを取ってくれるために、病気の予防や老化防止にさまざまな効果を持つと考えられてお

夜間に多く分泌されるメラトニン

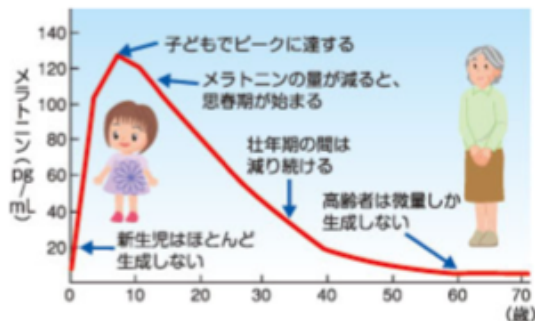
メラトニンの分泌は主に光によって調節されています。夜中に強い照明の中にいると体内時計の働きが乱れてメラトニンの分泌が抑えられます。これが睡眠覚醒リズムが乱れる原因となります。



夜間に強い光を浴びることが体内時計の乱れの原因のひとつと考えられています。

加齢とともに減少するメラトニン

メラトニンは、年齢を重ねるとともに分泌量が減ることが明らかになっています。年をとると朝早く目覚めたり、夜中に何度も目が覚めたり、若い頃より睡眠時間が減ってくるのは、加齢により体内時計の調節機能が弱まっているためと考えられています。



復学・復職ステップ

＜睡眠リズム＞

朝、通勤、通学できる時間。

＜生活リズム＞

通勤、通学に起きている時間に
仮に活動する。

＜段階的にストレスかける＞

- ・ 起床

- ・ 散歩（新聞取り～2時間）

音楽やおしゃべりなしで、
一人で2時間歩けることが
1日働いたり学校に行くことが
できるレベルのストレス度合い

- ・ デスクワーク

（写経、漢字ドリル、計算ドリル）

☆1日だけ頑張るのではなく、週5回を
続けられるレベルを少しずつ増やしていく。

☆施術者は「行った方が良い」とかの
善悪の基準や、先入観を持たない。

☆「行かない」のは良いけど、「行ける」
体の状態を作るところまでが役目