

あとな  
はつ  
たつ  
しょう

がい

# 大人の発達障害

近年「大人の発達障害」という言葉をよく耳にするようになりました。それは大人になり社会にでてから、他人とのコミュニケーションや仕事の進め方などに困難を感じて深く悩むようになり、専門医を受診した結果、実は「発達障害」だったというケースが増えていくからです。発達障害とは一体どのようなものか是非知りたいと思います。

## 脳の認知機能

発達障害は、先天性の脳の障害です。まずは脳の働きについて少しご説明します。

脳は、身体の様々な機能をつかさどる重要な器官です。例えば、目から得た映像を情報として瞬時に分析し、自分がとるべき行動をうながす。

・耳で聞きとった他人の言葉を理解して返事をする。

こうした、身体の器官が得た情報を受け取る→脳が判断し命令する→それに従って身体が何らかの反応をする、という一連の流れを「認知」といいます。

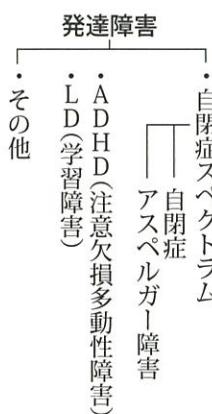
また脳は領域ごとに細かく役

## 【脳の認知機能】



割分担がされています。思考や感情をつかさどる領域、言語をつかさどる領域、身体の動作をつかさどる領域などなど…とても細かく役割分担がなされているのです。

能に偏りがあらわれる障害の総称です。発達障害に属する障害には、次の図のようなものがあります。



まいに連続線上にあるといったことを意味します。2つの障害では、いわゆる「三つ組みの障害」が特徴的です。

## 【三つ組みの障害】

1. 人とうまく交流できない「社会性障害」
2. 意思疎通を図ることが困難な「社会的コミュニケーション障害」
3. 同じことを繰り返すことに強い「こだわりがあり、非定型的な行動を想定するのが困難な「想像力の障害」

また、五感が鋭敏もしくは感じにくい感覚の偏り——ある種の音については耳をふさぐほど聴覚が敏感なのに、他の音は聞こえない。痛みを感じないなど——も併せて起こりやすくなります。

## △自閉症スペクトラム

自閉症とアスペルガーリー障害といふ名前は、聞いたことがある方も多く思います。最近は、この2つの本質は同じだという考え方から、併せて自閉症スペクトラムと呼ばれることが多くなっています。

スペクトラムとは、境界があり

ADHDとは、注意欠如多動性障害といい、「不注意」「多動性」「衝動性」という3つの特徴があります。

子どもの頃は、授業に集中できず立ち歩いたり、忘れ物を繰り返したり、考える前に行動してしまうといった行動であらわれます。

発達障害は、脳の領域ごとの発達に差があり、これにより認知機

## 発達障害とは

発達障害は、脳の領域ごとの発達に差があり、これにより認知機



LDは、学習障害といい、全体的な知的の発達に遅れは見られませんが、読み・書き・計算（推論）・話す・書くのいずれかが極端に苦手で、習得に困難をきたすものです。

大人になつて  
発達障害に気づく理由

繰り返しますが、発達障害は、生まれつきの脳の機能障害です。育児過程での親御さんの愛情不足やしつけの問題ではありません。誤解からくる心ない言葉を気にする必要はありません。

また、大人になつてから発症することはありません。ではなぜ大人になつて発達障害だつたことに気づくのでしょうか。

発達障害では、知的な遅れを伴わず、一部の認知機能に偏りがあります。その場合、親御さんや周囲も気づかず、一部の偏った行動に関して、「変なクセがある子だ」「忘れ物ばかりするおっちょこちよい子」といった性格の問題とどちらてしまい、見過ごされてしまうことが少なくありません。

## 大人になつて 発達障害に気づく理由

その結果、大人になつてから職場など自立した行動が求められる場で、「業務を円滑に進められない」「頼まれたことをしばしば忘れたり、忘れ物をしてしまう」「人とのコミュニケーションが苦痛で仕方ない」という問題に直面し、孤立感や生きにくさを感じて心療内科や精神科を受診した結果、実は自分は「発達障害」だったと知るケースが増えているのです。

## 大人の発達障害の診断

発達障害の診断にはDSM-IV-TR（アメリカ精神医学会作成）やICD-10（WHO）が用いられます。しかし、インターネットなどで自己判断することはおすすめしません。



### 【例えばこんなことが本人の悩みにつながる】

話しだすと止まらなかつたり、反対に相手の言葉に反応を返せず、うまく距離感がとれない。

話し合いに集中できない。

数字や文字などの認識が極端に苦手。

## 周囲の人とともに 「生きやすい」自分を探す

「発達障害」と診断された場合は、隠そうではなく、家族や友人、とくに職場の上司などに自分の状態、また発達障害について知つてもらうことがあります。同時にこれからどうすればよいかという不安も生まれるかもしれません。

診断をされた場合は、隠そうではなく、家族や友人、とくに職場の上司などに自分の状態、また発達障害について知つてもらうことが大切です。診断書などを提出し、自分の現状について知つてもらいたい職場で話し合えば、適性に合った業務を検討してくれるでしょう。

医師以外に、身近にサポートしてくれる人がいない場合は、保健所や各都道府県の発達障害支援センターなどに相談してみましょう。協力者が増えれば、自分の周囲をともできるのです。

# 抗ヒスタミン薬の服用が効果的

## じんましん ちりょう 蕁麻疹の治療

特定の食材を食べると蕁麻疹が出る。あるいは、毎日のように蕁麻疹が現われては消える——蕁麻疹で悩んでいる方もいらっしゃるでしょう。

蕁麻疹はなぜ起こるのでしょうか？ 有効な治療法はあるのでしょうか？

### 蕁麻疹の発疹は すぐに消える

植物のイラクサは葉に刺毛があり、これに触ると皮膚に発疹が現われます。イラクサは別名・蕁麻（じんま）。蕁麻疹という病名はここから付けられました。

蕁麻疹の見た目は、小さなブツブツから、皮膚の広い範囲に広がるものまで様々です。蕁麻疹のもつとも大きな特徴は、発疹が現われてから数時間（長くても24時間以内）に治まって消えてしまうことです（発疹が消えない場合は、蕁麻疹以外の病気が疑われます）。

蕁麻疹が起こるメカニズムは、

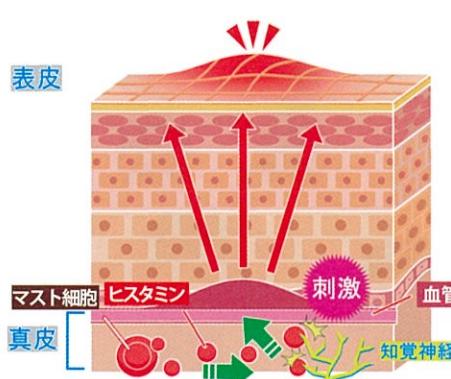
身体になんらかの刺激が加わって

大量に分泌されたヒスタミンが血

### 蕁麻疹の原因は わからぬい？

蕁麻疹と聞くと、例えば、特定の食材（カニや鯖、蕎麦など）を

食べたときに起こる、アレルギー



### 蕁麻疹の治療 (原因が特定できる場合)

蕁麻疹の原因がはつきりしている場合は、それらのものを生活から取り除くことや避けることが重要となります。まずは、皮膚科を受診して、原因を特定するようになります。

食生活や生活習慣の改善、服装

アレルギー以外では、衣類の擦れ、日光の刺激、発汗といった原因もありますが、これらを含めても原因がわかっているのは、30%以下となっています。

では、蕁麻疹のもつとも大きな原因のなんでしょうか？ 実は、蕁麻疹の70%以上は、原因不明とされています。とくに数か月、あるいは数年といった期間、慢性的に蕁麻疹が現われるケースでは、ほとんどの場合、原因が明らかになってしまいます。

反応というイメージがあります。

しかし、アレルギー反応が原因で起こる蕁麻疹は全体の3%程度と、とても低い数字となっています。

## 蕁麻疹のおもな原因 (特定できるもの)

### 食品によるもの

(魚介類・カニ・エビ・そば・小麦粉・卵など)



### 吸入物によるもの

(花粉・ダニ・ペットの毛・ホコリなど)



### 刺激によるもの

(急な暑さや寒さ・日光・汗・ベルトなどの摩擦)



### その他のもの

(薬・虫・クラゲなど)



の工夫といつたことで、できるだけ蕁麻疹が起きないようにしています。原因を取り除くのが難しい場合は、薬物療法が行なわれます。

## 蕁麻疹の治療 (原因不明の場合)

蕁麻疹には、抗ヒスタミン薬の服用による薬物療法が高い治療効果をあげています(ちなみに、蕁麻疹の湿疹は短時間で消えるという特徴があるため、外用薬による治療は基本的に行なわれません)。発疹が起ころなくともしばらくは抗ヒスタミン薬を服用し、やがて症状がほとんど現われなくなる状態を目指します。

国民年金に加入している「第1号被保険者」の女性で、出産を予定している方は、産前産後期間の国民年金保険料が免除になります(国民年金保険料の産前産後期間の免除制度)。

第1号被保険者には、農業や林業、漁業で働いている方や、個人事業主、フリーランスで働いている方、厚生年金の対象外のフリーターといった方が主に含まれています。

免除期間は、「出産予定日または出産日が属する月の前月から、4か月間」。また、1回の妊娠で複数の赤ちゃんを出産する多胎妊娠の場合は、「出産予定日または出産日が属する月の

3か月前から、6か月間」となっています。この制度は、出産後でも届け出ができますが、出産予定日の6か月前から届け出を受け付けています。届け出先は、お住いの市(区)の役所、町村の役場の国民年金担当窓口となっています。

この制度によって免除された期間の保険料は、納付されたものとして扱われます。保険料を前納されている場合は、還付されます。

この制度は、「次世代育成支援の観点から」2019年4月に始められた、新しい制度です。ご存知ない方もいらっしゃると思いますので、お知り合いに出产を予定している方がいらっしゃる方は、ぜひお知らせしてください。

## 出産援助の新制度

