

大人の発達障害

おとな はっ たっ しょう がい

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るからです。発達障害とは一体どのようなものか是非知っていただきたいと思えます。

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

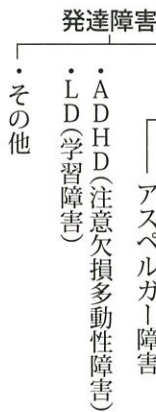
【脳の認知機能】



割分担当がされています。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...とても細かく役割分担がなされているのです。

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。



△自閉症スペクトラム▽

自閉症とアスペルガー障害という名前は、聞いたことがある方も多いと思います。最近はこの2つの本質は同じだという考えから、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、境界があい

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。

△ADHDとLD▽

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。

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。

【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、非定型な行動を想定するのが困難な「想像力の障害」

まいで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。



LDは、学習障害といい、全体的な知的な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。

大人になっ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全くありません。

また、大人になってから発症することはありません。ではなぜ大人になって発達障害だっ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みられる場合もあります。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ょいな子」といった性格の問題ととらえてしまい、見過ごされてしまうことが少なくありません。

その結果、大人になっ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）が用いられますが、インターネットなどで自己判断することはおすすりません。

発達障害の診断は、非常にデリケートなもので、経験のある専門医が、患者さんと家族を交えて、大人になるまでの成育環境、現在の本人の悩み、など様々な角度から聞き取りをして、総合的に判断されるものです。もし今生きづらさを感じているという方は、早めに専門医を受診しましょう。

発達障害は、うつ病などのいわ

【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。



人に触れられるのが苦手、痛みを感じないなど、特定の感覚が鋭敏もしくは鈍い。

同じミスを繰り返したり、忘れ物をしたりする。

仕事で失敗するとパニックを起こしてしまう。

ゆる心の病気とは異なるものです。けれども悩みやストレスによりうつ病など二次障害を併発している場合もあります。

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、まずは自分の生きにくさの原因がわかかってほつとする人もいます。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、隠そうとせずに、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っ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ってもら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よう。協力者が増えれば、自分の周囲をより「生きやすい」環境にすることもできるのです。