

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

てんかんは脳の病気です。脳の神経細胞の一部が活発に活動するために、てんかん発作が繰り返しおこります。

国内でもよく見られる病気で、100人から200人に一人、およそ100万人いると言われています。

てんかん発作には、全身、または体の一部がけいれんするもの、意識がなくなるもの、あるいは自分だけが自覚するような発作まで、さまざま、どの年代にもみられる身近な病気です。

病気に対する正しい情報が知られていないため、今でもなお誤解や差別、偏見が生じやすい病気です。

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
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

●てんかん発作がおこったら

ほとんどの発作は、1分から数分たてば**自然**にとまります。すぐに救急車を呼ぶ必要は、ほとんどありません。

●もし身近に発作が起こった人がいたら

- 尖ったものなど、危険なものを遠ざける。
- 頭をぶつけないように柔らかいものを頭の下に敷く。
- けいれんが治っても、意識がはっきりするまで見守る。

●やってはいけないこと

- ×口の中にハンカチなどのものを入れる。
- ×けいれんを止めようとして体を押さえる。
- ×早く意識を戻そうとして刺激を与える。

まずは、慌てず、落ち着いて、**正しい理解と配慮**を心がけましょう