

## 小学校高学年や中学生の居場所を探しています



学校から、子どもの歩く速さで5分程度の場所で発達障がいや事情により児童センターや自宅で過ごせない子や課題のある子の勉強や放課後過ごせる居場所を探しています。

また、不登校のお子さんたちのサポートも将来行えたらと思っています。一緒に考えていただける仲間も同時に募集いたします。

まずは、実施するのは数年後の予定です。一緒に考えてもいいよという方がいらっしやいましたら、たんときッズあおき 飯島までご連絡ください。

今回は、紙面の都合でコラムはお休みさせていただきます。

## 発達障がいと「薬」 その1

発達障がいと一言で言っても、100人いれば100パターンの状態や特徴があります。

そして、「障がい」は「病気」ではないため、風邪や発熱などのように症状が収まるのを待ったり、薬を飲むことで治ることはありません。

では、なぜ薬があるのでしょうか？この通信で紹介をしている発達障がいの特徴の一つとしてあるものに「落ち着きがない」「集中できない」などの理由によりイライラしてしまったり、気持ちが落ち着かないために次の行動になかなか移れなかったりという症状があります。

その状況を無くす訳ではなく、少し状況を和らげることができる可能性があるものの一つとして「薬を飲む」という方法があります。

今回は、どの薬が良くて、どの薬が悪いということではなく、どんな時に上手に薬を飲みながら生活をする、より自分らしく生活が送れるかをお伝えできたらと思います。



「集中できない」「落ち着きがない」という行動がなぜ起きるのでしょうか？

詳しくはここではスペースの都合で書けませんが、脳の中を流れる伝達物質の調整がうまくいっていない為に起こる事があります。

伝達物質はそのような物があって効果はどんなものがあるのでしょうか？

- ドーパミン → 快感、興奮、幸福感
- セロトニン → 落ち着き、安定感
- ノルアドレナリン → やる気、集中、積極性

主に、この3つの伝達物質の分泌量で気持ちの変化が現れます。例えば、セロトニンとノルアドレナリンが不足すると「うつ病」になる可能性が知られています。

発達障がいの方は、この3つの伝達物質を上手に調整する事が苦手なので、行動として落ち着きがなかったり、集中力がなかったり、反対に集中しすぎてしまうなどの行動が見られるとされています。

裏面も読んでいただき、何かお子さんに不安や心配事などがありましたら、村の保健師や教育委員会、たんときッズあおきまで、ご相談いただければ対応いたします。

### たんときッズあおき (NPO法人たんと。)

TEL 0268-75-6789

青木村田沢3075-1

■開所時間 9:00-17:00

■定休日 土日祝日

NPO法人たんと



# 発達障がいと「薬」 その2

2023.03

ある程度の行動については、療育を行い練習を重ねて行くことで自分の特徴に合わせた活動や、工夫で苦手ではあるものの補いながら事ができるようになりますが、行動によっては練習や工夫だけではどうにもならない事も出てきてしまうことがあります。そして、その状態はとても本人に取っては一見、楽しんでいるように見えても、実はどうしたらいいかわからないと混乱し、苦しんでいる事が多くみられます。

そんな時は、お医者さんに相談をして適切な量の薬を飲む事で、伝達物資を出す量を調整してくれ必要以上の伝達物質を受け取らないなどの働きをしてくれます。

薬の種類によって効果や役割が異なるので、お医者さんと相談をしながら種類や量を調整していく必要があります。

ただ、薬は必ず効果が出るという訳ではなく、相性などもあるので勝手に止めたり、効果がないからといって過剰に飲むことは禁止です。

そして、この薬は脳の働きを調整する薬なので、怖い印象がありますが、最初は効果があるかどうかわからない程度から始めて、副作用や相性を確認しながら慎重に調整をしていくのと、副作用も最近はかなり少ないものが主流になっているので、怖がる必要はありません。

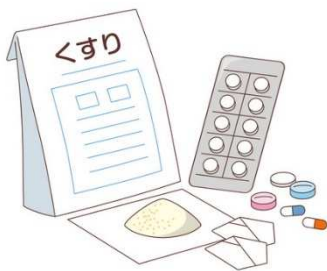
	コンサータ	ストラテラ	インチュニブ
主要成分	メチルフェニデート	アトモキセチン	guanfacine
タイプ	中枢神経刺激薬	選択的ノルアドレナリン再取込阻害薬	選択的α2Aアドレナリン受容体作動薬
対ADHD効果	脳の覚醒により不注意・多動性・衝動性の全てを改善	脳の覚醒なしに不注意・多動性・衝動性の全てを改善	神経の緊張を緩和し多動性・衝動性・攻撃的行動を改善 チックや反抗挑戦障害との併発にも効果
作用	脳内で働く ドーパミンを増やす	脳内で働く ノルアドレナリンを増やす	脳内の情報伝達を効率化 + 交感神経の働きを抑え 神経の緊張緩和

作用

- ドーパミン・トランスポーター (DAT) によるドーパミン再取込阻害 + ドーパミン遊離促進
- NMDA受容体拮抗作用によるシナプス間のノルアドレナリン濃度上昇 + ドーパミンの代謝調節
- ①後シナプスにあるα2Aアドレナリン受容体にインチュニブが結合  
②イオンチャネルが閉じることで神経伝達物質の漏れを防ぎ  
③脳内での情報伝達が増える

図で紹介している薬は、発達障がいの中でも ADHD という症状に効果があるとされている薬です。他にも、幾つか効果がある物があり、相談をして面談をしながら先生と確認をしていく必要があります。

## 【注意するポイント】



薬をお医者さんから処方していただき飲み始めたからと言って、必ず症状が収まり落ち着いて「他の子と一緒に生活できるようになる。」ということを保証する訳ではありません。

薬を併用しながら、生活の中の工夫や生活習慣などを身につけるための療育を継続していくことは必要です。

ただ、それまで全然、話が通じなくてと悩まれていた事が、スッキリするためやりとりができるようになったり、人によっては人が変わったようになる方もいます。

また、飲み始めは自分が体験したことのない状況になる可能性があり、生まれて初めて体験する世界になる可能性もあるので、薬が体になじんでくるまでの期間は、副作用がひどく出ない限りは飲み続けたところで、この薬は本人に合っているかどうかを判断するようにしてください。

薬は、怖いものではなく、上手に付き合っていけばとても頼りになる存在です。

そして、最後に理解していただきたいのは、頭の中で色々な事が止まらずぐるぐる回っている状況で冷静に考えたりする余裕はありません。ずっと頭がフル回転なので疲れもあります。

もし、そんな子（大人の方もいます）がいたら、相談した上で薬の力を借りてみるのがいいのではないのでしょうか。