

# 子どももおとなも一緒に知ろう！ 「若年ミオクロニーてんかん」

監修 千葉県循環器病センター てんかんセンター 青柳 京子 医師

執筆 千葉県循環器病センター てんかんセンター

浅井病院 岩佐 博人 医師

今号では、てんかんという病気の中でも、特にみなさんと  
同じくらいの年齢の人にみられる「若年ミオクロニーてんかん」について、  
知ってほしいと思います。一緒に学んでいきましょう！

## 若年ミオクロニーてんかんは 「脳の複雑な仕組み」が 関係しています

### 脳の仕組みについて

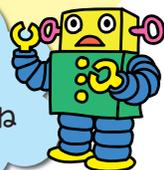
私たちの脳はいろいろな種類の細胞がつながり合うことで、とても複雑で細かな働きができるようになっています。その細胞の中でもっとも大事な役割をしているのが「神経細胞」です。

神経細胞は、自分の力で電気信号を生み出すことができます。そして、その神経細胞同士の電気信号がバランスをとることで、私たちは物を考えたり、記憶したり、体を動かすことができます。

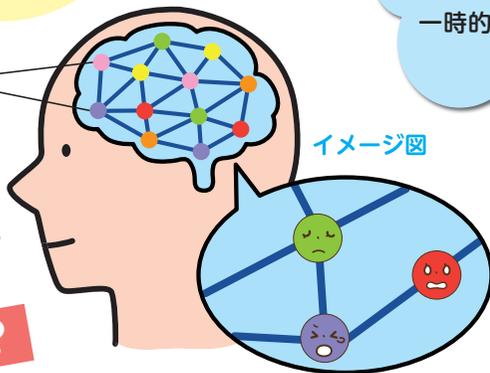
### 「若年ミオクロニーてんかん」 について

若年ミオクロニーてんかんは、いつも  
の神経細胞の働きが、一時的に乱れて、  
「発作」という特徴的な体の動きや意識  
のとぎれなどの症状が現れます。

なるほど…  
一時的なことなんだね



ふだんは…  
たくさんの  
神経細胞同士の  
電気信号が  
バランスをとっている



若年ミオクロニー  
てんかんでは…  
電気信号のバランスが  
一時的にとれなくなった  
状態が起こる

### どうして起こるの？

いろいろな原因が重なって起こると考えられています。研究も進んでいますが、  
なぜこのようなことが起こるのかは、正確な原因はいまだに不明の部分が多いです。



多くは、8~26歳  
（このうち75%は12~18歳）くらい  
に発症しているようです



## どんな症状になるの？

症状は時々、一時的に現れます。具体的な発作の出し方はいろいろあって、それぞれ種類別に呼び名がついています。



### ミオクローニー発作

※この発作は、ほとんどの人でみられる症状です。

- 主に手（両手または一方だけ）がピクッと動き、足にも広がると倒れることもある
- 朝・日中にかかわらず、寝ていて起きた時に多く起こる
- 疲れている時や夕方にかかる場合もある
- 意識のくもり※はないことが多い

※意識のくもり…ぼーっとして呼びかけても反応しない・一点を見つめて動作が止まるなどの状態のことです。



みんなが  
できること  
を記すピッ

### 手がピクツとなった時に 物を落としたりするよ

割れ物を持っている時や周りに危険なものがある時は、気をつけてあげてね！



### 全身けいれん発作 (全般強直間代発作)

※3割くらいの人にみられる症状です。

- 突然意識が無くなる
- 手足が硬くなりつっぱる。その後全身の筋肉が縮んだりゆるんだりを繰り返すけいれん発作
- 発作後もしばらく意識がぼやけている

### 突然意識が無くなって、全身が つっぱったりガクガクしたりするよ

全身にけいれんが起こるとまわりはおどろいてしまうけど、すぐにおさまることが多いよ。大さわぎをしないで見守ってあげて、すぐにおとなを呼んでね！



### 少しの時間、意識が ぼやける(定型欠神発作)

※2割くらいの人にみられる症状です。

- 5～10秒くらい意識がぼやけて、動きが止まる
- 声かけにははっきりした反応がない
- この発作の最中に力がぬけて倒れたり、物を落とすことはあまりない
- 発作後は意識のくもりは残らず、ふだんのようにすにもどる

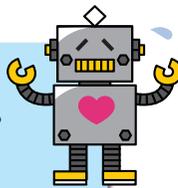


### 話しかけられても、少しの間 返事ができなくなることがあるよ

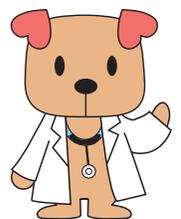
けいれんがなくても、ぼーっとしているように見える時があるかもしれないけど、それは発作が起きている時なんだ。その時は呼びかけても反応できないので、大声で刺激したり、ゆさぶったりしないで、少し時間を置いてからふつうに接してね！



動きが起こる発作と動きが起こらない発作があることを知ることができたよ。だから、もしお友達に発作が起きたら、ボクはお手伝いできると思ったよ！



発作の時以外、ふだんはみなさんと同じ活動ができますし、勉強や運動能力にも影響しません。「みんなができること」を参考にいつも通りにすごしてください。



## ちりょう 治療について

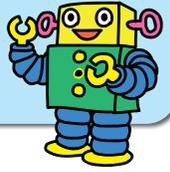


薬（抗てんかん発作薬）を飲んで治療します。

若年ミオクロニーてんかんは、薬でほとんどの発作をおさえることができるのですが、決められた量をできるだけ決められた時間に、きちんと飲むことがとても大切です。

学校で薬を飲むことがあるかもしれませんが、みなさんも薬が大切なことを覚えておいてくださいね。

発作をおさえられる薬があるなんて、心強いね！薬の大切さがわかったよ！



## 大切なこと

### 先生・クラスのみなさんへ

●症状はいつも出るわけじゃないし、とても短い一時的なものだから、ふだんは気にせず生活できます。だから、病気のことをからかったりこわがったりしないで、お友達も先生も、いつも通りの学校生活をみんなで元気に一緒にすごしてね！

### 大切なあなたへ

●睡眠不足やストレスなどが、症状が出るきっかけになることもあるけど、あまり活動を制限しすぎないように、健康的にすごせるような規則正しい生活を送ってね！  
●もし、自分で気になる症状があったら、ご両親に話して、専門のお医者さんに相談してみようね！



自分に合ったやり方で、気をつけながら楽しくすごすピッ

## 教職員・保護者の皆様へ 正しい対処法をぜひ覚えておいてください。

### ミオクロニー発作

ほとんど一瞬なので、発作時の対応は間に合いませんが、押さえついたりせず、繰り返し起こる場合は座るように促し、手に持っている物や周りにぶつかるような物が無いようにしましょう。

### 全般強直間代発作

大きなけいれんで意識も消失しますが1～2分で終了することが多いので、刺激を与えず、そっと横向きに寝かせてけがをしないように見守ってください。舌をかむのを防ごうとして、口の中に指や物を入れないでください。発作が治まった後も、しばらく意識がもうろうとすることがあるので、声かけ等への反応がはっきりするまでは見守ってください。もし、5分ほどけいれんが続く場合は救急車を手配してください。

### てんかんについての文献

若年ミオクロニーてんかんやてんかんについては、多少難しくても専門家による文献で正しい知識を知っておくことが大切です。

- ・てんかん専門医ガイドブック第2版 日本てんかん学会 編
- ・てんかん臨床に向き合うためのシナリオ 岩佐博人 編著
- ・てんかん症候群：診断と治療の手引き 日本てんかん学会 編
- ・てんかん診療ガイドライン2018 「てんかん診療ガイドライン」作成委員会 編
- ・日本てんかん学会ホームページ
- ・千葉県循環器病センターてんかんセンターホームページ

### 定型欠神発作

意識がくもるような発作があることを知っていただき、学校生活内外での配慮をお願いします。対処法としては、大騒ぎしたり無理に気付けさせようとせずに1～2分ほど発作が終わるまで見守ってください。

いずれの場合も過剰に生活を制限したりせずに、元気に一般的な健康な生活ができるように対応することが大切です。また、症状は個人差も大きいので必ず主治医の先生に相談し、ご家族とも学校での発作の時の対応などについて共有しておくことも大切です。

### てんかんについての相談先

小児科・小児神経科（原則15歳以下）、脳外科、精神科（神経科）、脳神経内科

\*場合によっては専門家がいない等の理由で「てんかん」診療を行っていない病院があるかもしれませんが、まずは問い合わせてみるのがよいでしょう。

