

てんかんと診断された方へ



千葉県循環器病センター
てんかんセンター

ホームページのURL

<https://www.pref.chiba.lg.jp/junkan>

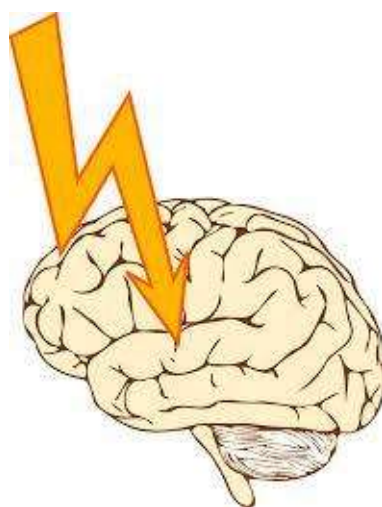


てんかんという疾患について

日本のてんかんの患者数は約100万人といわれています。てんかんは、まれな疾患ではなく日常の外來診療でよく見かける病気です。診断法、治療法はともに確立しており、正しい医療を受けることにより充実した社会生活を送ることが可能です。このことをまず、十分にご理解ください。

1. てんかんの定義

てんかんは、いろいろな原因により大脳皮質神経細胞の過剰興奮が起こり、その結果てんかん発作が反復して出現する、慢性の脳疾患です。



2. てんかんの治療

てんかんは、約8割の方が内服薬で発作が抑えられます。一方、適切な内服治療を受けても発作が抑えられない難治性てんかん（薬剤抵抗性てんかん）の方は、外科治療（手術）を考慮することがあります。生活環境や精神的ストレスも発作の危険因子となり、発作出現のメカニズムは複雑です。原因は一つではないので専門医（てんかん専門医あるいは神経系診療科の専門医）による診療が必要です。

てんかん患者さん・ご家族とまわりの人に 知っていただきたい10項目

1. 薬物治療について
2. 規則正しい服薬について
3. 抗てんかん薬の副作用について
4. 発作が出現しやすくなる環境
5. 自動車の運転について
6. 社会福祉制度について
7. 妊娠・出産について
8. 外科治療について
9. 発作時の対応
10. 心理的サポートについて



1. 薬物治療について

- ① 基本は内服治療です。各患者さんの発作型に有効と思われる抗てんかん薬を内服することで多くの場合、発作は抑えられます。
- ② 発作を記録し治療経過を主治医と共有することと、服薬の維持ができるような内服管理が極めて重要です。発作日誌は病院から提供します。また、内服を忘れないための具体的な方法は薬剤師が指導します。
- ③ 適切な抗てんかん薬を内服すれば多くの場合、発作は比較的速やかに抑えられていきます。しかし、てんかんは慢性疾患であり、治療は長期におよびます。発作が長期間抑えられた場合、内服終了を考慮することもあります。発作再発の可能性はゼロではないため断薬は難しい決断となります。

2. 規則正しい服薬について

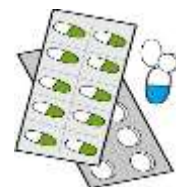


- ① 抗てんかん薬の血中濃度が安定するまでには、服薬を開始してから一定の時間がかかります。多くの抗てんかん薬では服薬を中断すると数日で血中濃度が著しく低下してしまいます。内服薬の効果を最大限得られるよう、規則正しい服薬をしてください。
- ② 食後の服用が基本ですが、食事の時間が不規則な場合には食事に関係なく、毎日同じ時間に服用してください。
- ③ 内服を忘れてしまった場合は気付いた時点で、服用してください。但し次の内服時刻が近い場合は数時間程度、間をあけて次の薬を服用してください。

- ④ 服用後に嘔吐してしまった場合には、病院へご相談ください。
- ⑤ 必要に応じて採血を行い、薬剤血中濃度を調べます。一部の薬では血中濃度の日内変動をグラフ化し、シミュレーションしています。検査結果を正しく判断できるように、外来受診時や外出時でもいつもと同じ時刻に服薬するようにしてください。
- ⑥ 基本的にアルコールとは一緒に内服しないでください。飲酒については医師に相談してください。



3. 抗てんかん薬の副作用について



- ① 眠気、ふらつきや嘔気、食欲不振などの消化器症状等は比較的出現しやすい副作用です。多くは慣れてきて消失します。しかし、生活上の支障となる場合には、投与量調整や抗てんかん薬の種類変更を行います。
- ② 定期的に採血を行い、肝臓、腎臓、血液等に異常がないか調べます。
- ③ もっとも注意しなければならない副作用は薬疹です。発疹が出現したら、病院へ相談して下さい。可能であれば最寄りの皮膚科を受診して下さい。
- ④ その他にも様々な副作用が報告されています。内服後、気になる症状が出現したら、速やかに主治医に相談して下さい。

4. 発作が出現しやすくなる環境

- ① 内服忘れ、睡眠不足、過労、ストレス、飲酒、喫煙、発熱、月経、ひかり刺激などは発作が起こりやすくなる要因です。
- ② 規則正しい生活、十分な睡眠は発作の予防につながります。
- ③ 飲酒については主治医に相談しましょう。



5. 自動車の運転について

- ① てんかんの患者さんの運転の可否は、道路交通法に基づき公安委員会が判断します。基本的に、2年以内に意識障害など運転に支障をきたすてんかん発作が1回でもあった場合には、運転免許証は保持できず運転できません。
- ② 初めて免許を取る時あるいは更新時に運転免許センター、警察署で記載する申請書には、過去の病歴に関する質問が書かれています。正しく申告しましょう。その際、医師の記載した専用の診断書が必要となります。あらかじめ診断書用紙を取り寄せ、医師に記載してもらってから申請に行くのがよいでしょう。詳細は、主治医に相談してください。日本てんかん協会のホームページにも詳しい説明がありますので参照してください。

<https://www.jea-net.jp/epilepsy/drive>

- ③ てんかん発作があるにもかかわらず、申告しないで運転免許証を取得し自動車を運転すると、処罰の対象となり、事故を起こした場合には厳罰を受けることがあります。



6. 社会福祉制度について



① 自立支援医療制度

てんかんと診断されると外来通院における医療費の補助を受けることができます。市町村の担当窓口で診断書を提出することで、支援を受けることができます。

② 精神障害者福祉制度

精神障害者保健福祉手帳の取得には、てんかんの診断を受けてから6ヶ月の治療経過が必要です。市町村の担当窓口で申請してください。

③ 障害年金

障害の程度にもよりますが障害基礎年金、障害厚生年金を受給することができます。1回診断書を提出しても一定の期間がくると、更新が必要になります。更新は毎年必要です。診断書は2年に1回の提出となります。

いずれの制度もてんかんと共に生きる患者さんの生活を援助するための制度です。可能な限りご利用ください。詳細は医療相談員や看護師がご説明しますので、お気軽に声をおかけください。



7. 妊娠・出産について

① 女性の方

妊娠の希望が確認できたら、治療の再検討を行います。現在の内服薬で発作が抑えられていても、胎児に影響が少ない薬へ変更することがあります。詳細は医師にご相談ください。

妊娠中は一部の患者さんで発作が出現しやすくなります。これまで以上に、体調管理と規則正しい服薬を心がけてください。

授乳は原則問題ないと言われていています。育児、授乳による疲労、睡眠不足を避けてください。妊娠中よりも子育て中の方がストレスは多いと思われるます。

② 男性の方

内服薬の影響は胎児にはありません。しかし、一部の抗てんかん薬には男性機能への影響（いわゆる ED）があり得ます。必要に応じ、泌尿

器科受診も含めて対応しますので、遠慮なくご相談ください。

③ 家族の方

てんかんの患者さんの妊娠・出産にはご家族の方の協力が必須です。妊娠前から医師、看護師等を交えた話し合いを持ってください。



8. 外科治療について

難治性てんかん（薬剤抵抗性てんかん）と診断された方には、外科治療（手術）の適応を考慮することがあります。

詳細は別小冊子をご参照ください。





9. 発作時の対応

- ① てんかん発作が出現した時は、落ちついてあわてないようにしましょう。多くの場合発作は、数十秒から2～3分で治まりますので、救急車を呼ぶ必要はありません。しかし、5分以上発作が治まらない場合（重積）や発作が治まっても意識が戻らないうちに次の発作が出現するような場合は、病院へ連絡してください。
- ② 発作時は、床やベッドに寝かせてあげてください。嘔吐する場合もあるので、吐物がのどに詰まらないよう体を横に向けることも重要です。
- ③ 火など危険な物を遠ざけるか、患者さん自身を危険な場所から離してください。
- ④ 衣服の襟元やベルトをゆるめ、眼鏡など怪我をする可能性のある物は、はずしましょう。

- ⑤ 発作中、口に指やハンカチ等を入れることは危険です。発作直後のぼんやりしている時に、水や薬を飲ませる事も危険ですのでやめましょう。
- ⑥ 入浴中に発作が出現する患者さんは、風呂場に鍵をかけない、シャワーで済ませるなど工夫してください。
- ⑦ 発作を画像記録に残すことは診療上きわめて有用です。医師が発作を直接確認できる機会は少ないため、スマートフォンなどで撮影した動画は重要な情報となります。



10. 心理的サポートについて

てんかんでは、治療が長期にわたる場合がまれではありません。そのため、色々な課題に向き合う機会もあるかと思えます。そのような際は、気持ちの揺れがあったり、不安や気が滅入ったりすることもあるかもしれません。多くの場合は、このような心理面や精神面での変化は自然なことですが、誰かに話した方が安心できる場合もあります。そのようなご希望がある場合は、主治医やスタッフにご相談ください。

医療相談について

当センターは医師、看護師、薬剤師、診療放射線技師、臨床検査技師、言語聴覚士、栄養士、医療相談員、医療事務等の多職種によって構成されるチーム医療を原則としています。質問の内容に最適と思われるスタッフが対応します。



千葉県循環器病センター

電話 代表 0436-88-3111

てんかんセンター スタッフ一同

～メモ～

～メモ～

～メモ～

てんかんと診断された方へ

2020年4月作成

2021年2月改訂

発行 千葉県循環器病センター

てんかんセンター

電話 代表 0436-88-3111

監修 特任センター長

峯 清一郎

センター長

青柳 京子

