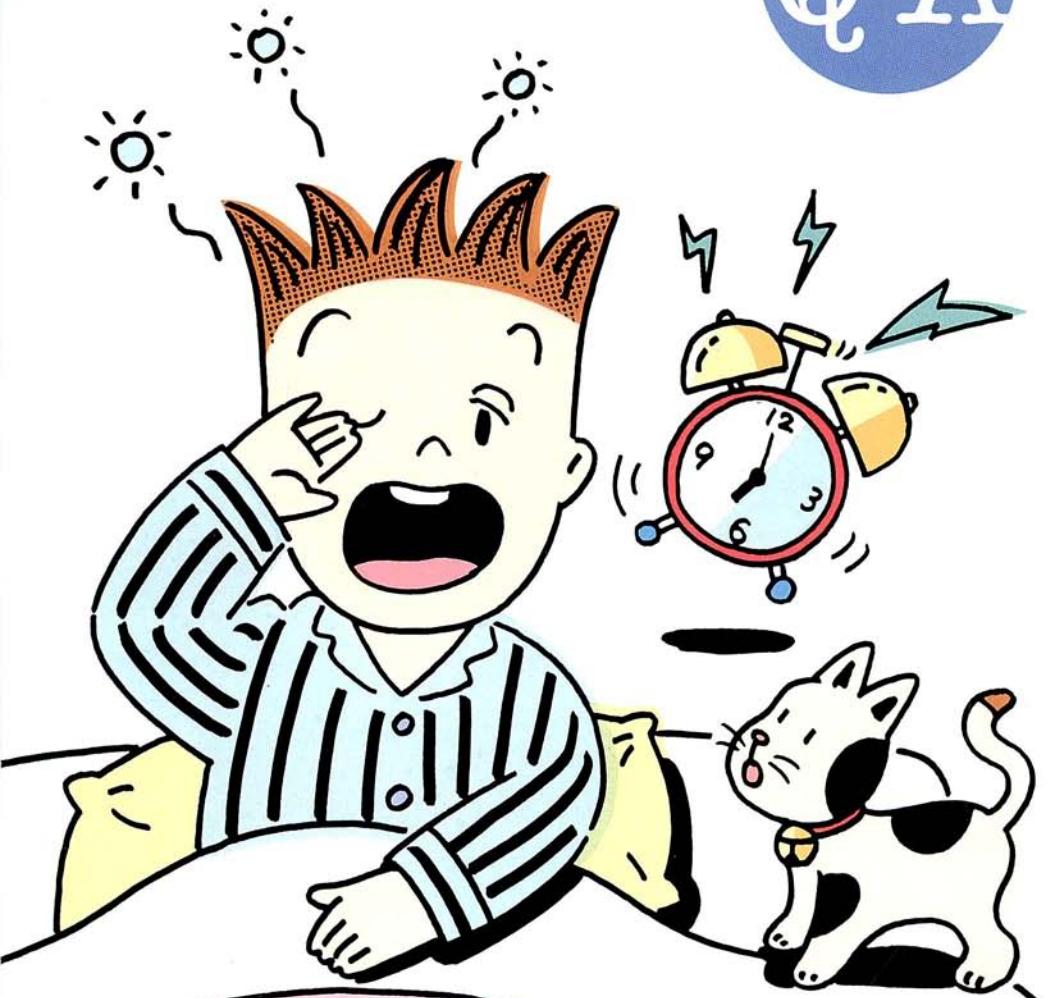


お子さんのこんな症状に お気づきですか？

立ちくらみ・めまい・脳貧血・朝起き不良・
腹痛・頭痛・乗り物酔い

起立性調節障害

Q&A



監修：日本大学医学部小児科名誉教授 大国真彦先生

今、こんな病気が増えています。

起立性調節障害は略してODとも言われています。ODは小学校高学年特に春先から初夏にかけて発症しやすい病気です。症状は、めまい・立ちくらみ・朝起き不良・脳貧血・腹痛・頭痛・乗り物酔い等さまざまです。したがって、お子さんがこんな症状を訴えても、それらがすべて1つの病気が原因でおこっていることを理解するのは、むずかしいかもしれません。

この病気は、受験期の年令にあたりますので、勉強の能率が悪くなるのが問題です。

そういうお子さんの健康状態が気になるのはどのお母さんも同じです。

そこで、日本大学医学部小児科教授大国真彦先生にご監修をお願いし、起立性調節障害の症状・原因・治療等についてQ&Aの形で小冊子にしてみました。





Q1



「最近、子供が頭痛・腹痛を訴え、お医者さんにみてもらったところ起立性調節障害といわれました。どのような病気なのでしょうか？」



A 起立性調節障害(OD)は、10才頃より多くなる自律神経失調症の1つです。この病気は横になつた状態から起立した時などに立ちくらみ・めまい・脳貧血等の症状が強く出る病気で、下の表のようなさまざまな症状がみられます。この病気は、春先から初夏にかけて多くみられます。命にかかわる病気ではありませんが、いろいろと不快な症状が現れるために日常の生活にしばしば重大な影響が出ることがあります。好発年令はちょうど受験期にあたり疲れやすいため、勉強の能率があがらず、1学期の成績が下がったりします。また、朝なかな起きられないので学校に遅刻しそうになつたり、登校拒否の原因になることもあります。

早めに先生に相談して適切な検査、診断、治療を受けることが大切です。

起立性調節障害の子供にみられる症状

- | | | |
|-------------------|----------|-----------|
| ●立ちくらみ、めまいをおこしやすい | そのほかに | |
| ●立っていると気持ちが悪くなる | ●顔が青白い | ●頭痛を訴える |
| ●入浴時に気持ちが悪くなる | ●朝、食欲がない | ●乗り物酔いをする |
| ●少し動くと動悸、息切れがする | ●腹痛を訴える | ●イライラする |
| ●朝ぐずぐずし、午前中は調子が悪い | ●疲れやすい | ●寝つきが悪い |

Q2



「今春5年生になった娘が、最近朝起きが悪くなり、登校する時もだるそうです。学校でも授業に集中できず、1学期の成績も下がりました。お医者さんにみてもらったところ起立性調節障害といわれました。この病気はどうしておきるのですか？」



A 起立性調節障害(OD)は受験期の子供に多いうえ、症状が春から夏にかけて増悪することが多く、学校生活においては1学期が最も悩む季節です。また朝起きが悪かったり、午前中に症状が強く出るために、遅刻とか午前中の授業に身が入らないといった問題が出ます。このため、成績が悪くなることさえあります。

これらの症状は、血管を収縮させる能力が低下していることに起因します。つまり、人が寝ている位置から急に立ち上がった時に、重力により血液が下半身にたまってしまいます。正常な人の場合は、瞬間に下半身の血管を収縮することにより血液が下半身にたまるなどを防ぎます。ところが、ODの子供は、血管を収縮させる力が弱いため、下半身に血液がたまり、脳などに充分血液が流れず、いろいろと不快な症状が現れます。

これは体質的なもので、お母さんなどにも同じような症状が若い頃にあつたり、今でもあることが多いようです。

Q3



「息子が起立性調節障害と診断されました
が、治療方法にはどんなものがある
のでしょうか？ また家庭でできる治療
法があれば、それも教えてください。」



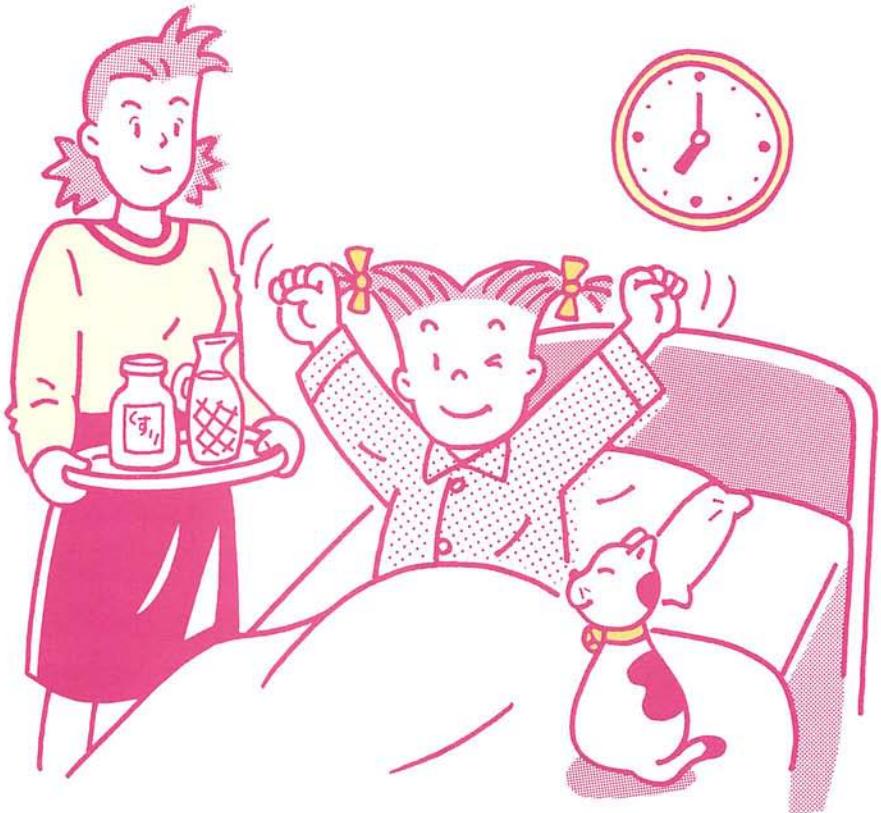
A 起立性調節障害(OD)の治療方法には、薬による治療と自律神経を鍛練する鍛練療法とがあります。鍛練療法は薬による治療と平行して行い、薬をやめた後も続けることが大切です。例えば入浴後に冷水で絞ったタオルで体をふく冷水摩擦は、下半身の血管の収縮力を回復させるのに効果があります。これは立ちくらみの予防にもつながりますので、日頃から行っておくようにすると良いでしょう。そのほか、夜ふかしや朝寝坊の生活を改善し、規則正しい生活リズムを身につけていくことも大切です。

また、薬による治療を受けるとき気をつけたいことは次のとおりです。薬の効果が出てくるまでには1~2週間かかります。そのため薬は、良くなるまで続けて飲むようにしてください。また、学校へ行くまでに効果が現れてくるように、朝起きたらすぐに飲むようにしてください。

Q4



「娘が起立性調節障害と診断されました。お医者さんには内服薬で良くなるといわれましたが、どんな薬があるのでしょうか?」



A 起立性調節障害(OD)の薬による治療は、病気の主な症状により決まります。良く使われる薬の1つに血管を収縮させ、血圧を上げるタイプの薬があります。以前は心臓を刺激して血圧を上げる薬が使用されたこともありましたが、心臓がドキドキするなどの不快な症状が起きました。最近、血管だけに作用する薬ができ、心臓がドキドキするといった副作用があまり起きない薬があります。さらに、朝と夕だけ飲めば効果が出る薬もあり、そういう薬だと学校で飲まなくても良いので、きちんと治療が続けられます。

その他、不安やイライラするといった症状が強い時には自律神経調整剤などが、不眠といった症状が強い時には精神安定剤などが使用されます。

薬を飲む方法は、薬によって違いがあります。先生の指示に従い決まった時間に服薬することが大切です。



〒965-0005 会津若松市一箕町亀賀藤原417-3
医療法人 健心会 えんどうクリニック
院長 遠藤 剛
電話 0242(33)0700

●病・医院名



大正製薬株式会社