

てんかんの発作とは、ボタンと倒れてピクピクして気を失うものだと思いますか？

医者がてんかんと診断するてんかんとは、とても幅の広い症状を指していて、「(感じたり、動いたりするために働いている)脳の電気ネットワークが突然、電気信号を過剰に出すために起こるもの」で、その予定外の過剰な(余分な)電気信号によって、本来の感じたり動いたりができなくなる状態を言います。

### 《脳は役割分担とネットワークで働いている》

人間の脳は、場所によって働きが決まっています。おでこの辺りは高度な人間らしい思考や調節をする場所、後ろ頭の出っ張りの辺りは見る(視覚)情報を扱う場所、耳の奥の辺りは聞く(聴覚)情報や言葉の情報を扱う場所、脳の前部は運動を担当する場所など、役割分担をしています。そしてそれぞれの部位を、実に緻密な電気ネットワークでつなげて連携をしているのです。

### 《電気信号と電気ネットワークの異常》

てんかん発作は、この電気ネットワークの暴走や爆発と言えばイメージしやすいでしょうか。どの場所で過剰な電気信号が出るかによって、起こる症状も変わってきます。脳全体に広がる場合も、狭い範囲だけで終わる場合もあります。皆さんがイメージしやすい、最初に言った発作の姿は、脳全体の電気信号が一斉に過剰になった時に起きる形で、いつもそうなるとは限らないのです。だから、狭い範囲だけの電気信号だと、手だけピクつく、逆に手に力が入らなくなる、臭いがする、めまいがする、急に怖くなるなど、実に様々な部分的な症状が起こり得るわけです。

### 《原因は脳のくせ》

この過剰な電気信号が、(多くは)決まった場所で不定期に繰り返され、くり返す同じ症状を「てんかん発作」、それがくり返される状態、すなわち電気信号の過剰を起こしやすく、いつ暴走・爆発するかわからない状態を「てんかん」と呼ぶのです。

原因は様々です。もともと脳に傷や腫瘍など、電気信号が出るきっかけとなるものがある場合も、そういうきっかけは何もない場合もあります。いずれにしても、電気信号が過剰になり易いという、いわば「脳のくせ」です。何年もこの暴走・爆発が起こっていない(発作がない)状態が続けば、「治った」という表現をすることもあります。



### 《抗てんかん薬と生活の仕方です防ぐことが大切》

てんかん発作は、脳波検査によって調べられます。この検査は脳の表面の電気信号を読み取る検査です。主に電気信号が出やすい眠りかけ(または眠っている状態)や光や音の刺激による変化などを探ります。この検査の欠点は、検査中にちょうど電気信号が出ないと気づけないこと、雑音と電気信号を区別するために、検査中は動かない、眠るなどの条件がそろわなくてはいけないことです。他に、MRIや血液検査など、いくつかの検査をすることで、原因や状態を探ることもあります。

検査や症状から、てんかん発作だと判断すると、薬が投与されます。なぜでしょうか？ てんかん発作が繰り返されると、脳はダメージを受けることになります。脳を守るには、抗てんかん薬を適切に服用して、発作を防ぐことが大切です。発作の様子などから、合うと思われる薬が選択されます。ただし、脳は複雑なので、必ず効果が出るとは限りません。薬を何種類も試しながらその脳のくせに合った薬を選んでいく場合もあります。

また、日常生活の仕方によって、発作が起きやすくなる場合があります。てんかんと分かったら、医者の生活指導をできるだけ守りましょう。てんかんは長く付き合わなくてはいけないことも多く、不便なことも起こりやすい病気です。周囲の人も含めてそれぞれのてんかんの特徴を良く知って、脳を守っていきましょう。

### 《本人または周囲の人が注意すべきこと》

- ・てんかんの種類で注意すべきこと、生活制限の有無などが違います。(勝手に判断せず、医者の指示に従いましょう)
- ・ストレスや暴飲暴食、睡眠不足など日常生活のリズムが乱れると発作が起こり易くなります。ゆったりとした生活を心がけましょう。(家族や周囲の人の理解も大切です)
- ・薬は欠かさず飲みましょう。(飲み忘れて発作を起こすことがあります)
- ・他の薬の併用、水泳、旅行、運転、就職、結婚、出産などはどれも可能ですが、注意が必要なので医療機関で相談してください。
- ・てんかんは闘うものでも、退治すべきものでもなく、ともに暮らすもの、という心持ちで付き合ってください。

