

令和4年度 千葉県てんかん支援拠点病院 市民公開講座
「ライフステージとてんかん」てんかんとともに生きるために
ペリエホール／WEB配信、千葉市
2022/10/29



大人の課題とてんかん

～妊娠・出産も含めて～

浅井病院 精神科
原 広一郎

はじめに
てんかんに関する
よいニュース

てんかんと神経疾患に関する合同の世界的行動指針

- 2022年5月「てんかんと神経疾患 合同の世界的行動指針」案が世界保健機関（WHO）総会で決議採択されました。
- 今後2031年までの10年間、世界中のてんかんやその他の神経障害を持つ人々へのケアとサービスに関する課題に、WHOが中心となって取り組むことになりました。

今日の話題

1. 運転免許
2. 就労
3. 妊娠・出産
4. 親の老後に備えて

1. 運転免許について

てんかん：運転免許取得・更新可能な条件

- **発作が過去5年以内に起こったことがなく**，医師が「今後，発作が起こるおそれがない」旨の診断を行った場合
- **発作が過去2年以内に起こったことがなく**，医師が「今後，X年程度であれば，発作が起こるおそれがない」旨の診断を行った場合
- 医師が，**1年間の経過観察**の後「**発作が意識障害及び運動障害を伴わない単純部分発作に限られ**，今後症状の悪化のおそれがない」旨の診断を行った場合
- 医師が，**2年間の経過観察**の後「**発作が睡眠中に限って起こり**，今後症状の悪化のおそれがない」旨の診断を行った場合

てんかんと運転免許

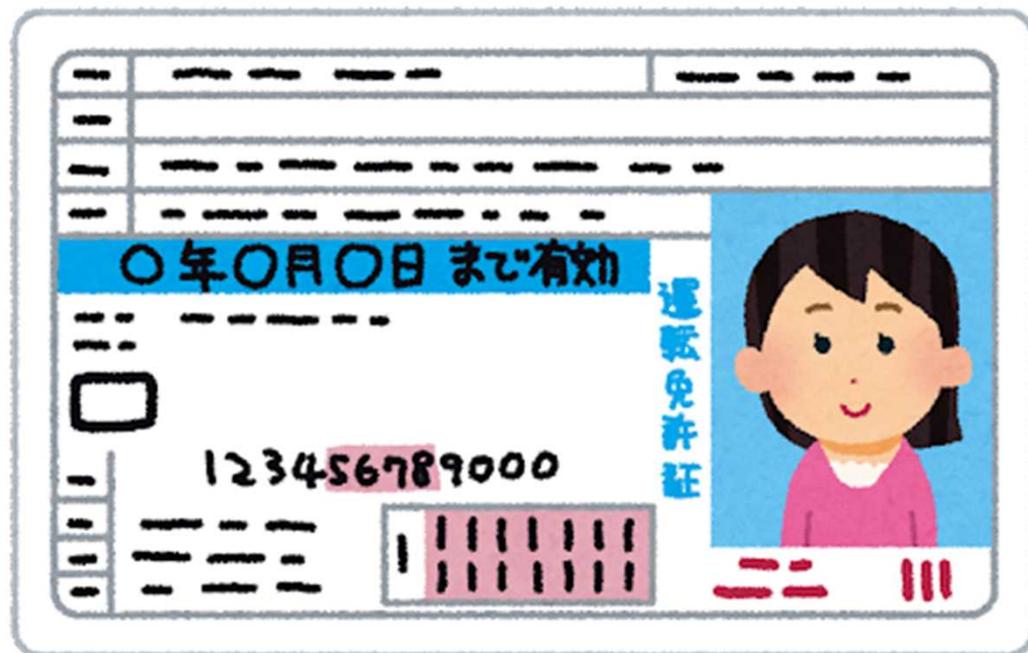
普通自動車免許はOK

以下の適性はない

(日本てんかん学会の見解)

- 準中型免許 (5t限定を除く)
- 中型免許 (8t限定を除く)
- 大型免許
- 第二種免許 (緑ナンバー)

てんかん発作が投薬なしで過去5年間なく、
今後も再発のおそれがない場合を除く



2. 就労について

てんかんと就労

- 職場にてんかんがあると告げる**義務はない**
- 自分の病気を伝えるかどうかは、
発作と状況次第
- 伝えた方がよい場合
 - 発作がおさまっておらず、発作時に対処が必要
 - 発作の際にリスクの低い業務にしてほしい



てんかんと就労：クローズか、オープンか

		病気の 開示	障害者 手帳	仕事上の 配慮	求人数
クローズ 就労	一般枠	しない	いらぬ	なし	多い
	一般枠	する	いらぬ	職場に よる	少ない
オープン 就労	障害者 雇用枠	する	必要	受けられる	少ない

障害者手帳の作成：発作が残っていれば可能

障害者雇用率制度

- 事業主に対して、従業員的一定割合（法定雇用率）以上の障害者の雇用が義務付けられています
- **民間企業 2.3%**
- **都道府県等の教育委員会 2.5%**
- **国、地方自治体 2.6%**

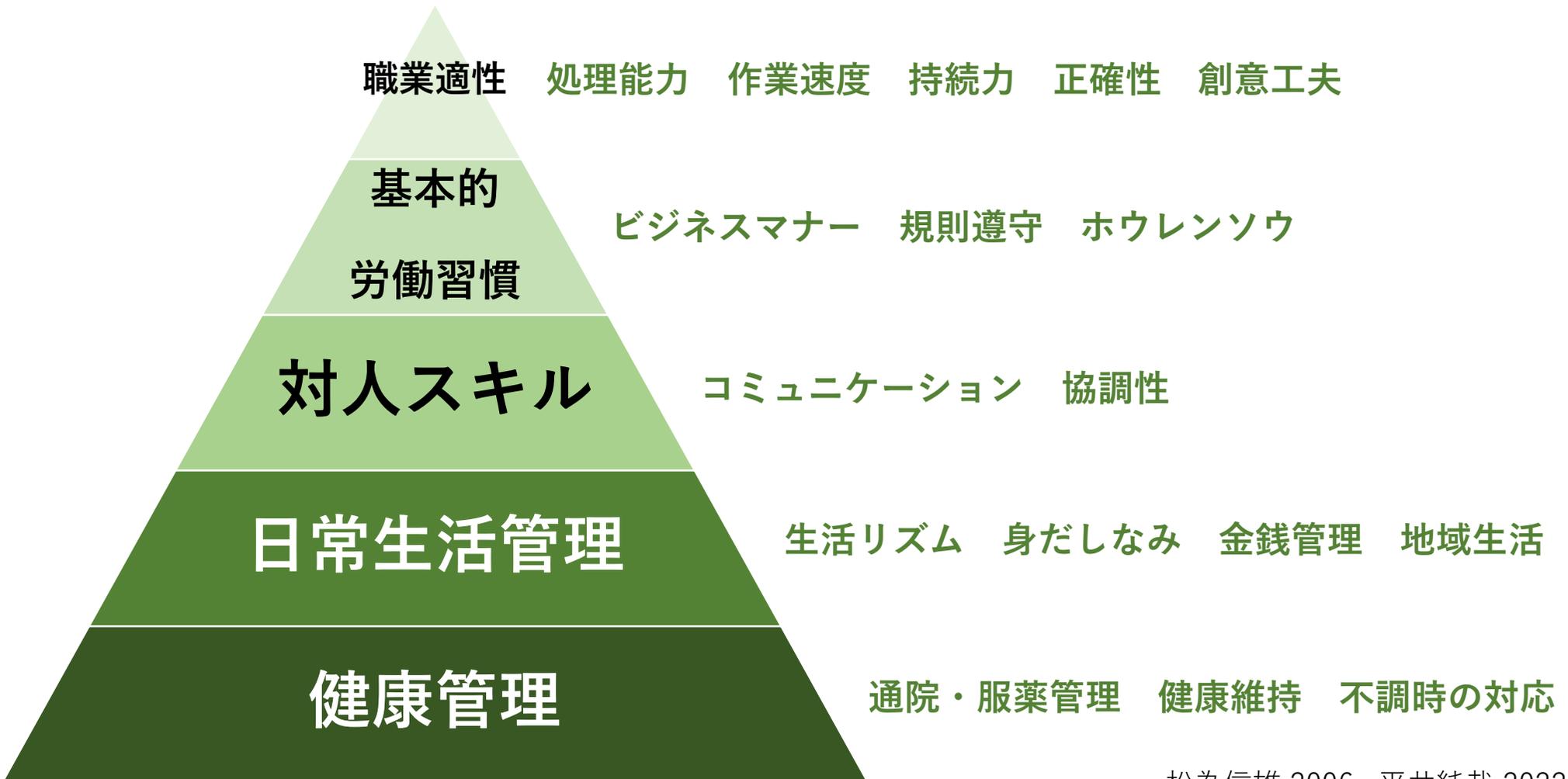
精神障害者保健福祉手帳の判定基準（てんかん）

障害等級	発作のタイプ・頻度
1級	ハ、ニの発作が月に1回以上
2級	イ、ロの発作が月に1回以上 ハ、ニの発作が年に2回以上
3級	イ、ロの発作が月に1回未満 ハ、ニの発作が年に2回未満

発作のタイプ

- イ 意識障害はないが、随意運動が失われる発作： 焦点意識保持発作など
- ロ 意識を失い、行為が途絶するが、倒れない発作： 欠神発作など
- ハ 意識障害の有無を問わず、転倒する発作： 全般強直間代発作など
- ニ 意識障害を呈し、状況にそぐわない行為を示す発作： 焦点意識減損発作など

職業準備性ピラミッド



松為信雄 2006, 平井純哉 2022を改変

就労の相談窓口

- ハローワーク
- 障害者職業センター
- 障害者就業・生活支援センター
(なかぽつ)
- 就労移行支援事業所、
就労継続支援事業所



就労支援（無料）

名称	対象	サービス内容	場所
ジョブコーチ	特定なし	仕事に適応するための支援 ～8ヶ月	ハローワーク (県内13カ所)
障害者 職業センター	障害者手帳 取得者	職業の相談・評価 職業準備支援（8～12週） ジョブコーチ支援	千葉障害者職業センター (千葉みなと)
障害者 就業・生活 支援センター (なかぽつ)	障害者手帳 取得者	就業支援 就職に向けた準備支援 就活の支援 職場定着に向けた支援 事業所への助言、関係機関との連絡調整 生活支援 日常生活・地域生活に関する助言	県内16カ所 【例：千葉市】 千葉障害者 キャリアセンター (NPO法人ワークス未来千葉)

就労支援（障害福祉サービス）

名称	対象	サービス内容	利用期間	料金
就労移行支援	一般就労が可能なもの	体力向上、集中・持続力習得、適性・課題把握 職業習慣の確立、マナー・挨拶・身なりの習得 職場見学・実習、求職活動、トライアル雇用	2年以内	
就労継続支援	一般就労がむずかしいもの	A型（雇用型） 通所で雇用契約に基づく就労機会を提供 月給	制限なし	サービス費の1割が自己負担
		B型（非雇用型） 通所で就労や生産活動の機会を提供 工賃		月上限額～37,200円
就労定着支援	障害福祉サービスを利用して一般就労したものの	一般就労後に生じる生活面での課題の解決スキルを提供する	就労6月経過後から3年半まで	

3. 妊娠・出産について

妊娠について 大事なポイント

- てんかんをもちながら、
元気な赤ちゃんを産み育てている
方がたくさんいます
- 10代のうちに妊娠について
主治医と相談しておこう
- 薬の調整：自己判断はダメ



妊娠にそなえて葉酸（ようさん）を摂ろう

- 葉酸はビタミンB群の一種で、DNAや赤血球を作るのに関与
- 一部の抗てんかん薬は血中葉酸濃度を低下させる
- 神経管閉鎖障害の発生リスクを軽減させるため、適量の葉酸補充が望ましい

一日0.4～0.6mg程度
(サプリでOK)



妊娠は計画的に

- 赤ちゃんへの影響の少ない薬剤を
 - パートナーと相談、協力
 - 子どものてんかん発症リスク*
 - 父がてんかん 3.4%
 - 母がてんかん 5.7%
 - 概ね**9割5分は発症しない**
- 一般の先天異常発生率 3%



*Beck-Mannagetta D, Janz D et al. In: Genetics of the Epilepsies, 1989

妊娠したら

- 母子健康手帳交付、妊婦健康診査
- 市区町村の保健師とコンタクトをとろう
- 産科の先生に紹介状を書いてもらおう
- 妊娠中の血液検査は定期的に



出産

- **自然分娩可能**

分娩時もくすりの服用を忘れずに

- **授乳は原則的に可能**

(薬によっては控える必要あり)

- **赤ちゃんの安全を守る工夫**

沐浴は2人で、おむつ交換は床の上で



育児のピンチにどう対処するか

わたしの
受診
どうしよう

授乳で
寝不足

疲れて
もう限界

相談したい



子育て援助制度（市区町村）

産後

- 乳児家庭全戸訪問事業
- 集団検診（1歳半、3歳）
- 産後電話相談
- 各種相談事業
（育児、発達、教育、虐待、配偶者暴力など）

保育

- 保育所
- 無認可保育園
- 一時預かり事業
- 病児・病後児保育事業

お母さんの産後ケア（～4ヶ月）

- 宿泊型
- アウトリーチ型
- デイサービス型

乳児院・児童養護施設

- ショートステイ
- トワイライトステイ

育児支援・家事援助

- ファミリーサポートセンター事業
- 養育支援訪問事業

子育て援助制度（千葉市の例）

育児を応援する行政サービスガイド

子育てナビ
kosodatnavi



ホームページで子育て行政サービスについて包括的に案内

<https://chiba-city.mamafre.jp>

4. 親が高齢になる前に

親が高齢になる前に

- **サポートを得よう**

日本の医療・福祉制度は「申請主義」

- **社会からの孤立を防ごう**

介護・ケアの担い手を複数の人たちに分散

- **子の自立を目指そう**

日常生活動作の自立

自己決定力を高める

職業を通じた社会的自立

- **新しい環境への適応は、若いほど良い**



林紀子、木下真幸子、2017を一部改変

自立をめざそう

ひとり暮らし

- 発作がある程度おさえられていれば可能
- 不動産業者には病気を伝えなくても問題ない
- 障害者手帳で公営住宅に安く申し込める

ヘルパーの活用

- 入浴、排せつ、食事に介助が必要な場合
- 家族同居でも

グループホーム

- 常駐する世話人が食事、健康、金銭面の管理

市区町村役場の福祉担当課、
病院のソーシャルワーカーへ



公的助成制度

医療費軽減

- 自立支援医療
- 指定難病への特定医療費助成制度
- 小児慢性特定疾病医療助成制度
- 重度心身障害者医療費助成制度
- 高額療養費制度

生活費助成

- 障害年金
- 特別障害者手当
- 傷病手当金
- 心身障害者扶養保険（しょうがい共済）

手帳制度

- 精神障害者保健福祉手帳
- 療育手帳
- 身体障害者手帳

生活支援・就労支援

- 障害福祉サービス
介護給付
（訪問系、日中活動系、施設入所支援）
訓練等給付
（自立生活援助、共同生活援助）
- 障害児に対するサービス
通所・入所・相談の支援
- 地域生活支援事業

公益社団法人 日本てんかん協会（波の会）

- 国際てんかん協会（IBE）の日本支部
- ホームページが充実 信頼できる情報
- 月刊情報誌「波」 日本で唯一のてんかんに関する情報誌
- 千葉県支部 会報わかしお、各種イベント

まとめ

- **運転免許**：発作がコントロールされていれば普通免許OK
- **就労**：配慮が必要な場合にも、さまざまな支援制度あり
- **妊娠・出産**：女子は10代のうちに主治医と相談。葉酸サプリを。
- **親の老後に備えて**：早くから自立を目指そう

ご清聴ありがとうございました