

## 松山圏域の相談窓口

### <医療機関>

#### ○支援拠点機関

松山リハビリテーション病院 高次脳機能障害支援室

TEL：089-975-7427

#### ○相談支援協力機関

伊予病院 医療福祉支援センター

TEL：089-983-6877

### <支援団体>

愛媛高次脳機能障がい者を支援する会「あい」

TEL：090-6284-5482（事務局 玉置 孝美）

### <その他> ※お住まいの地域の窓口にご相談ください。

#### 保健所

・中予保健所 健康増進課 精神保健係 TEL：089-909-8757  
（伊予市・東温市・久万高原町・松前町・砥部町）

・松山市保健所 保健予防課 TEL：089-911-1816

#### 保健センター

・伊予市保健センター TEL：089-983-4052

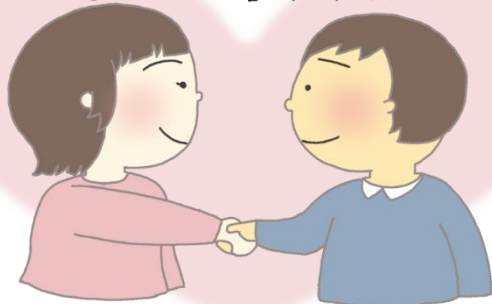
・東温市健康推進課 TEL：089-964-4407

・久万高原町久万保健センター TEL：0892-21-2700

・松前町健康課 TEL：089-985-4118

・砥部町保健センター TEL：089-962-6888

高次脳機能障害の回復には、周囲の理解とサポートが必要です。  
「もしかしら…」と思ったら抱えこまずにご相談ください。



愛媛県中予保健所  
ホームページへアクセス



# こうじのうきのうしょうがい 高次脳機能障害

ってなんだろう？



あなたやあなたの周りに  
このような方はいませんか…??

## Q高次脳機能障害とは？

- 病気や事故などで脳がダメージを受けたことにより、注意力・記憶力・言語・感情のコントロールなどがうまく働かなくなる**認知機能の障害**です。
- 以前できていたことがうまくいかなくなり、**日常生活または社会生活に支障**をきたします。
- **外見からはわかりづらい**ため、周囲から理解されにくく、当事者や家族は辛い思いを抱えやすいです。

## Q認知症や発達障害と何がちがうの？

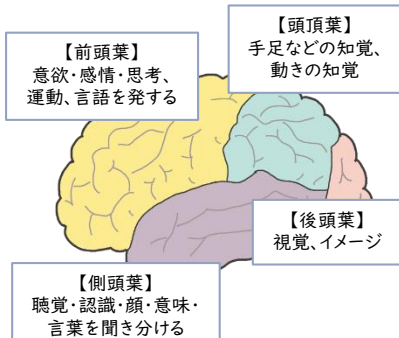
※記載している内容はあくまでも一般的な内容です。

症状や障害の程度は人により、様々な症状が組み合わさっていることもあります。気になる症状がある場合は専門の医療機関に受診し、相談しましょう。

### 【認知症】

- 高次脳機能障害も認知症も、**脳の損傷や脳の機能低下部位によって症状が現れます。**
- 認知症は病状が**進行**していくが、高次脳機能障害は基本的には**進行しない**と言われています。

### 大脳皮質とその役割



### 【発達障害】

生まれつきの障害で、発達に伴い症状が変化します。

症状は一人ひとり違い、症状は多様です。  
外見からはわかりにくい「**見えない障害**」とも言われています。



## Q主な症状と対応方法って？

以前と比べてこのような変化はありませんか？  
脳の病気やケガの後は、以前よりも情報の処理に  
労力が必要で頭が疲れやすくなっています。

	症状	当事者の対策	周囲の対応方法
社会的行動障害	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 感情や行動がうまくコントロールできない</li> <li>● 我慢ができず、思ったことをすぐに口に出してしまう</li> <li>● 無制限に食べたり、お金を使ったりしてしまう</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 行動する前に数秒数える等、待つ練習をする</li> <li>● 必ず周囲に相談してから行動する</li> <li>● 周囲と一緒に行動のルールを決める</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 不適切な行動は冷静に指摘し、責めない</li> <li>● できたことを具体的にほめる</li> <li>● イライラに周囲が気づき場所や話題を変える</li> <li>● 本人ができることを役割として設定する</li> </ul>
遂行機能障害	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 優先順位がつけられず、何から手をつけていいかわからない</li> <li>● 臨機応変や応用が苦手です。急な変更があると混乱しやすい。</li> <li>● 時間の見積もりが苦手です。遅刻をくりかえす</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 手順書を見ながら、その通りに作業をする</li> <li>● やることリストを作成する</li> <li>● 時間にゆとりをもって計画を立てる</li> <li>● 計画外のことが起こったときの対策を事前に考えておく</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 行う順番を書いた手順書などを作成する</li> <li>● 一緒に作業などの状況をこまめに確認する</li> <li>● 急に変更したり、急に新しい指示をしない</li> <li>● わからないことは質問してもらうよう習慣づける</li> </ul>
注意障害	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 気が散りやすい・集中力が続かない</li> <li>● 見落とし・聞き漏らし・勘違いが多い</li> <li>● ひとつ気になることがあると、他のことが頭からぬけてしまう</li> <li>● 疲れやすい</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 自分に合った集中しやすい環境を見つける</li> <li>● 時間に余裕をもって取り組む</li> <li>● 一つずつ作業や行動をすすめる</li> <li>● タイマーやアラームなどを活用する</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 同時に複数のことを伝えない</li> <li>● 一つずつ伝える</li> <li>● ダブルチェックをする</li> <li>● 集中しやすい環境を整える(静かで人が少ないところ等)</li> <li>● こまめに休憩を取り入れる</li> </ul>
記憶障害	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 病気やケガの前に経験したことを思い出すことができない</li> <li>● 今日の日付を間違える</li> <li>● 一度にたくさん覚えようとすると一部忘れる</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 手帳・カレンダー・スマートフォン・アラームを活用する</li> <li>● メモをする、見て確認することを徹底する</li> <li>● 日課を決め、同じパターンで動けるようにする</li> <li>● 繰り返し行動、経験して習慣づける</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>● 書いて伝える</li> <li>● 複雑なことは紙に書いて残す</li> <li>● 手帳等を見るように促す</li> <li>● 習慣になるには時間がかかることを理解する</li> <li>● 忘れていることを感情的に責めない</li> </ul>