

改訂版

高次脳機能障害

明日の一步のために

✿ 支援ガイド



千葉県千葉リハビリテーションセンター

高次脳機能障害って何？

のうこうそく まく か
脳梗塞やくも膜下出血といった脳血管障害や、事故などによる脳外傷、心肺停止による低酸素脳症などで脳を損傷し、「怒りっぽくなった」「物覚えが悪くなった」「何かにこだわり過ぎるようになった」など、いままでに見られなかった症状が表れることがあります。これを高次脳機能障害といいます。高次脳機能障害には、遂行機能障害、注意障害、記憶障害、行動と感情の障害、言葉の理解の障害、失語症、失認症、半側空間無視、病識欠落といった症状があり、日常生活において困ったことが起こります。どんな症状があるのか、症状がどのように表れるかは、人それぞれ異なります。しかし、どんな困った症状でもちょっとした工夫によって、日々の生活は暮らしやすくなるのです。

症状とその対応例

遂行機能障害

段取りをつけることが困難なので、時間どおりに行動できず、待ち合わせ時間に遅れたりする

- ♡ 起きてからの作業手順を用意し
タイマーなどを利用する

行動と感情の障害

ちょっとしたことで感情が爆発させる

- ♡ イライラする場面から
遠ざける

注意障害

テレビに気を取られ、食事が進まなくなるなど注意がほかに向いてしまう

- ♡ テレビのない部屋で
食事をする

記憶障害

繰り返し説明しても、すぐに同じことを尋ねる

- ♡ 説明したことを
簡単なメモにして渡す

病識欠落

自分ができなくなっていることを指摘されても、自覚できない

- ♡ まちがいは、その場で
一緒に直す

易疲労性（神経疲労）

少し負荷がかかると脳が疲れ、ボーっとしたり、ミスしたり、イライラするなど様々な症状がでる

- ♡ こまめな休憩など
リフレッシュの工夫

失行症

ハサミや箸の使い方が、わからなくなる

- ♡ 責めずに正しい使い方を、
繰り返し教える

半側空間無視

左側に注意がいかず、歩いているときぶつかるまで障害物に気がつかない

- ♡ 一緒のときは、
気がつかない側に立って歩く

失認症

顔形だけでは誰かわからない

- ♡ 声かけをして、
気づきやすいようにする

失語症

こちらの質問が通じない

- ♡ 絵や図などで示す

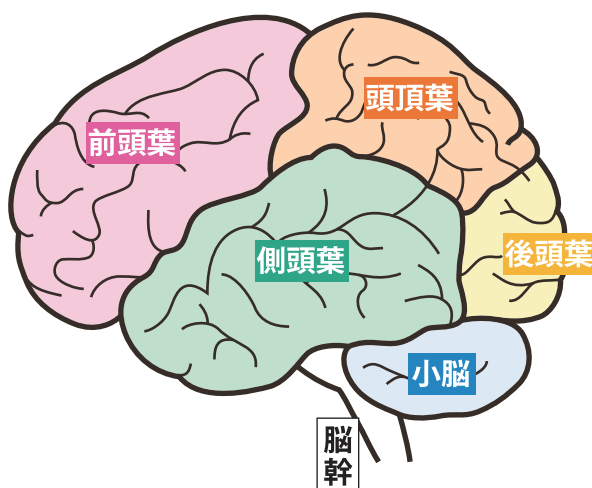
単語が出てこない

- ♡ きっかけになる音を
ヒントに出したりして
思い出しやすいようにする

容量と情報処理速度の低下

一度に多くの情報を理解したり、対応することができない

- ♡ 情報は小分けに、わかりやすく、
ゆっくり伝える、見せる



Q.1 認知症とはどう違うの？ ○○○○○

 A. 認知症というと、アルツハイマー病に代表されるような現在の医学では治すことのできない、少しずつ症状が進行していくイメージが強いのではないのでしょうか。

認知症とは、アルツハイマー病や脳血管障害、ピック病など、さまざまな疾患が原因で記憶力や判断力が低下し、日常生活に支障が生じてしまったことで、症状や治療方法も多様です。そのため、認知症の人も高次脳機能障害があるといってもまちがいはありません。

一方、高次脳機能障害は、厚生労働省の定義によると「事故や病気によって脳が損傷し、病気は治療固定したものの社会に適応できない記憶や注意、遂行機能などの障害があること」です。原因疾患は、脳血管障害、脳外傷などがありますが、アルツハイマー病などの進行性疾患は含まれていません。つまり、脳卒中や脳外傷などが原因の認知症は高次脳機能障害ですが、アルツハイマー病などの進行性疾患が原因の認知症は、高次脳機能障害ではないと考えていただければよいでしょう。

Q.2 発達障害とはどう違うの？ ○○○○○

 A. 発達障害者支援法での発達障害の定義は「自閉症、アスペルガー症候群その他の広汎性発達障害、学習障害、注意欠陥多動性障害、その他これに類する脳機能の障害であって、その症状が通常低年齢において発現するもの」となっています。

一方、厚生労働省の定義による高次脳機能障害は、脳が損傷した原因となる事故や病気の事実と、脳の損傷が確認されなくてはなりません。そして、脳の損傷により、日常生活や社会生活への適応に問題が生じることです。

両障害の違いは、発達障害は原因を規定せず、幼少期に発症するという症状重視であるのに対し、高次脳機能障害は発症原因を明確に規定していることです。

両障害の共通する症状や違いに関しては、今後の研究に待たれる部分が多いと思われます。

Q.3 高次脳機能障害はよくなるの？ ○○○

 A. 純粋な医学的見地からは、個人差はあるもののある程度まで回復するが、100%の回復は無理だとお答えします。ただし、ここでいう「回復」とは、「知能検査や記憶テストなどによる点数での評価」のことです。高次脳機能障害は、日常生活または社会生活を送るうえで困難が生じてる状態です。だとしたら、点数では100%回復しなくても、「日常生活に困らないレベルに達した」、あるいは「困らないように周囲の人の配慮や環境が整えられるようになった」のならば、「高次脳機能障害はなくなった(=よくなった)」ということになります。

人は成熟後、1日10万～20万個の脳細胞が減少しているといわれています。脳細胞数を基準とすれば、成人の能力は毎日劣化しているのですが、だれもそのことを取り上げて高次脳機能が日々低下しているとは考えないでしょう。知能検査や記憶テストの点数も、それに似たようなもので、実生活のうえでは参考程度にしかならないので、点数に一喜一憂する必要はありません。



● ● ● ● そわそわして集中しない

いつもそわそわして、集中していないのよねえ。落ち着きがないから、作業スピードがどうしても遅くなるし…。どうにかならないかな！



家族・周囲の人

仕事中にほかの人が話していると、イライラしちゃうんだ。だって、人の話し声がすると、気にしないようにと思っても、気になっちゃうから集中できないんだよ。



本人

聴覚が過敏になっています。しかも、注意障害のために話を小耳にはさみながら作業を進められません。気になることがあると、それにとらわれて、集中すべきことに気持ちが向けられないのです。また、感情のコントロールの難しさから、イラ立ちを紛らわすことができてなくて困っているのです。

♡そんなときは

注意がそれやすいものを本人の周り
からなくしましょう。

たとえば、静かな
部屋で仕事をさせる
のも一つの手です。

[illegible]

「あのドラマ、おもしろいね」って話していたら、急に怒り出してびっくりした。でも、翌日になると何もなかったかのようにしているから不思議だよね。



家族・周囲の人

自分が思っていたことと違うことを言われたから、なんだかすごく腹が立ちちゃったんだよ。でも、そのときのことは、よく覚えていないから、いまさら言われても困るよなあ。



本人

注意障害のために、自分の考えていたことから大きく外れた話にはついていけなくなり、腹を立て、行動と感情の障害のために、抑制ができなくなったのです。記憶障害もあるので、自分の言動を覚えておらず、周りの人との感情的ギャップが大きくなるのです。

♡そんなときは

唐突に話し始めるのではなく、「話
ていい？」と声をかけて
から話かけるようにしま
しょう。また、本人の言
い分を、まず聞いて
くれる人が必要です。



しょっちゅう家族の予定を聞いてくるんです。会社で仕事をしているときも、1時間おきに「何時に帰る?」と携帯電話に連絡してくるのでうんざりします。



一人でいると、何をしたいのかわからなくて不安になる。とにかく、家族の予定を確認したくなるの。電話しちゃいけないの？



遂行機能障害のため、今日は何をしたらよいのかといった行動の基準や枠組みがないと不安になってしまうのです。また、相手の立場に立って考えることが難しいので、自分が不安になったら、相手のことも考えずに電話をしてしまうでしょう。

本人の予定とやるべきことをわかりやすく書き込んだスケジュール表をつくってみましょう。

家族の予定を簡単に書き込んだものも並べて貼っておくとよいでしょう。



ちょっとした言葉じりをとらえて、「言い方が気に入くない」って、すぐに怒っていたんです。ある日、福祉作業所の人が自宅訪問したとき、息子がなくしたものを探すため、部屋の片付けを手伝ったら、怒らなくなったんです。部屋がきれいになったことと関係があるのかしら？ でも、家族が部屋を片付けるとのよね…。



家族は勝手に部屋を片付けるし、うるさいから部屋に入れない。職員の人は何も言わず手伝ってくれたので助かった。スッキリしたよ。また手伝ってくれるとありがたい。頼むよ！



遂行機能障害のため、どう片付けたらよいのかかわからないのです。また、行動と感情の障害のために、部屋が汚いというストレスから、ちょっとしたことでカッとなっていたのです。しかし、本人はストレスの原因に気づいていません。探し物をするという自然な形で片付けを手伝ってもらえたのは、ラッキーでした。

ストレスの原因を探り、
解決できる方法を
一緒に考えましょう。



.....こんなとき どうしたらいい？

..... わかってないのに、どうして「はい」って返事するの？

仕事の説明をすると「はい、はい」って返事をするから、てっきりわかっているのかと思っていたら、全然わかっていないんだよね……。



家族・周囲の人

説明を聞いているときに、返事をしないと、「わかった？」と何度も聞かれるから、話を聞くときは「はい」って返事をするようにしているんだけどなあ。それっていけないことだったの？



本人

言語理解力が低下してしまったために、説明に本人の理解がついていけない状態です。説明を受けているときには「わかった」と答えたほうがよいという、まちがった学習をしてしまったためでしょう。

♡そんなときは

言葉だけで説明するのではなく、文字や図も使って、目でも確認できる方法を取りながら、ゆっくりと説明しましょう。



..... 覚えられないのに、メモを取らない

しょっちゅう忘れるのに、メモを取ろうとしないんだよね……。「メモを取るように！」と何度注意してもきかないんだ。



家族・周囲の人

「メモを取れ」と言われるけれど、何を書けばいいのかわからない。それに、どこに書いたのか忘れちゃうから役に立たないよ。全部を忘れるわけじゃない。覚えていることもある。もう、うるさい！



本人

遂行機能障害のために、「いつ、何を、どこに、どのように」書けば役に立つのか、自分では考えられないのです。また、注意障害があるため、人の話を聞きながら書くことが難しいのです。メモを取ることを身につけるには、長い練習期間が必要です。

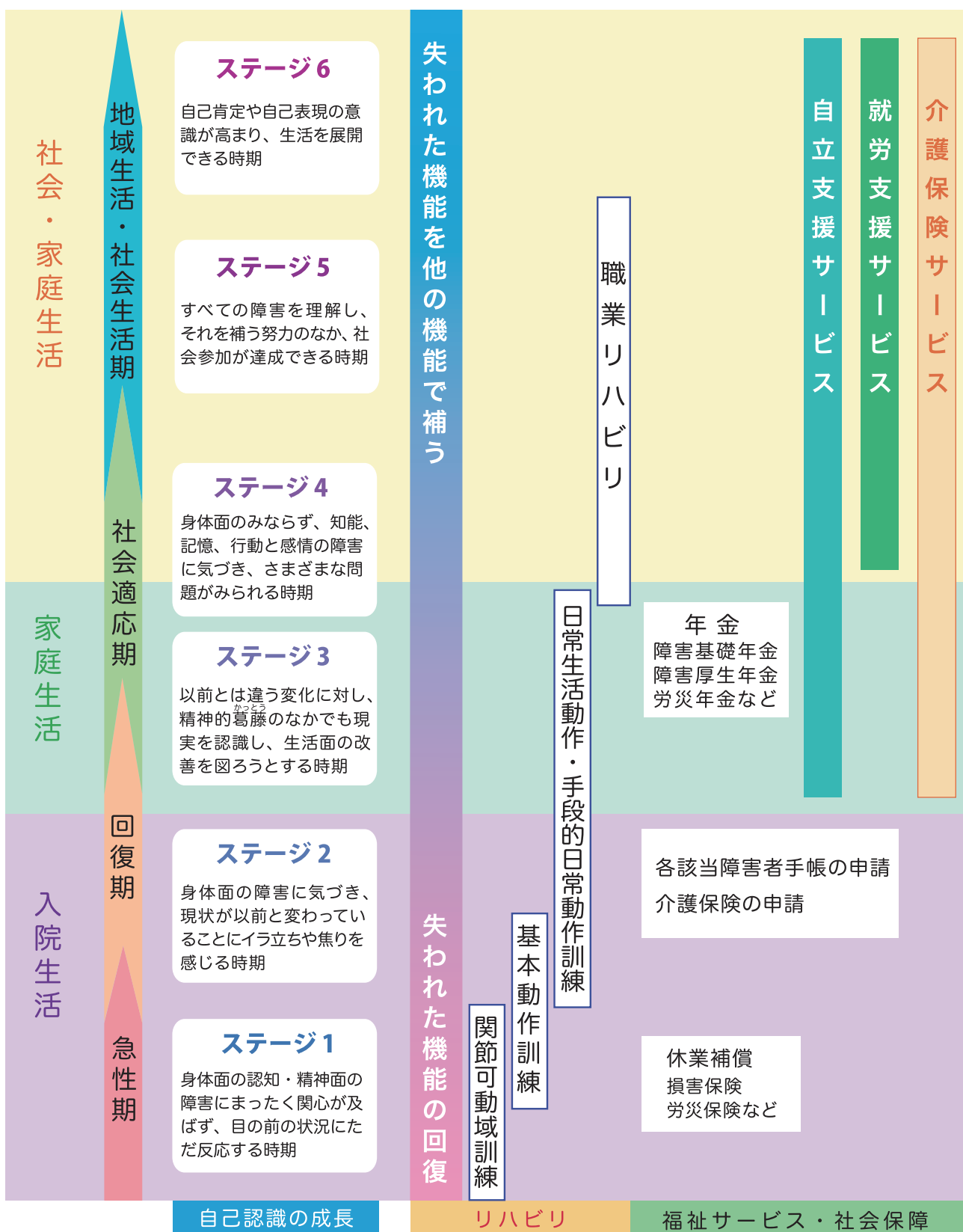
♡そんなときは

書くことを早急に身につけさせようとあせらず、まずは書いてもらったメモを確認する習慣をつけることから始めましょう



あなたはいま、どのステージにいますか？

高次脳機能障害者は、事故や病気により病院に入院した後、いくつかの段階を経て、地域・社会生活に戻ります。また、それぞれの段階において、高次脳機能障害者の障害に対する自己認識は、ステージ1～6のように変化していくのです。それぞれの段階ごとに、リハビリテーションや支援は異なります。発症から社会生活の構築に向けた支援には、いろいろな機関や制度のサポートがあります。適切なサポートを受けるために、いま、自分がどのステージにいるのかを確認しましょう。



参考資料 ■『高次脳機能障害と家族のケア』（渡邊修著／講談社α新書）

●●●●● A君の社会復帰までの道のり

交通事故で高次脳機能障害になったA君が、大学に戻り就職するまでにはさまざまな葛藤がありました。A君と家族の3年間の記録をステージごとにまとめました。

▶ 事故以前の生活

理工系大学の4年生。有名企業への就職も内定しており、レストランのアルバイトをしながら大学生活を送っていた。
家族は両親と弟の4人暮らし。

ステージ 1

アルバイトからの帰り道、トラックに跳ねられる。事故から2週間後、ベッドの上で手足の曲げのばしのリハビリが始まる。事故から2カ月後、医師からリハビリ病院への転院をすすめられ、「身体障害が残るでしょう。記憶力や集中力が低下したり、すぐに怒り出すなど、性格が変わったとを感じるかもしれません」と後遺症の説明を受ける。A君には四肢の麻痺があり、移動は車いす、食事や整容、トイレなどは一人ではできない。構音障害のため、A君の言っていることは何回か聞きなおさないとわからなかった。

A君

医師や家族から聞いた話だが、ボーッと過ごすことが多かった。

家族

命が助かったことに^{あんど}安堵したが、声をかけてもあまり反応せず、話もうまくできない姿を見て、回復にどのくらい時間がかかるのか不安を抱く。

ステージ 2

リハビリ病院に転院して3カ月後、杖を使って歩けるようになる。トイレも入浴も一人でできるようになり、言葉も聞き取りやすくなる。しかし、よく眠るのは相変わらずだった。

A君

以前と同じように何でもできるが、周りがとめるからやらないだけ。

家族

今後も良くなるだろうと思う一方で、簡単な計算ができない、何度も同じことを聞き返す姿を見て、以前と同じようにはならないかもしれないと不安になる。

ステージ 3

5カ月入院していたリハビリ病院を退院し、自宅へ戻る。この頃から、家族とA君のあいだに障害に対する認識のズレが生じる。

A君

思うようにできないことが増えた。親は自分がイラ立っているときに限って声をかけてくる。しかも、人の行動を指図するような発言が多いので、つい頭にくる。

家族

できることも増えてきたが、忘れっぽくなっており、そのことを教えてあげようと声をかけると怒る。些細なことで怒り出すので、どうしたらよいかわからない。家庭生活がうまくいかなくなり、病院のソーシャルワーカーに相談したところ、家庭以外で過ごせる時間をつくるようにとすすめられ、以前のアルバイト先に週2回ほど手伝いに行くことになった。

ステージ 4

アルバイト先で手伝いを始めてから、友人との付き合いが再び始まる。すると、A君の表情が明るくなり、言葉もはっきりとしてくる。事故以前のように、ファッションにも気配りするようになった。

A君

記憶ができないことに対して、メモを活用するなど自分にあった手段を使う必要がある。

家族

メモをするのを忘れたり、メモ自体を忘れる。外出する際、「メモを持った？」という言葉をかけると怒るので、チェック表をつくり、それを見るようにと促す。

ステージ 5

事故から1年後、復学し、その1年後に卒業。大学の就職支援センターのサポートを受け、内定していた会社とは別の会社に障害者雇用で入社し、現在も働いている。

A君

メモを使えば、次に何をしたらよいのかわかるので、困らないようになった。自分の障害を伝えたと生活しやすくなるから、障害を知ってもらおう工夫をしている。

家族

スケジュールを自分で確認して行動できるようになってきて、イライラが減った。自分の障害を受入れられるようになった。

ステージ 6

働き始めてから5年後、責任ある仕事も任されるようになる。講演会で自分の体験を話したり、相談活動をするようになる。

A君

自分に自信がついてきた。いろいろな人と付き合っていきたい。

家族

本人を見守ることに徹している。家族会に参加して、いま困っている人たちの手助けをしたい。



みんなで作ろう！

病院から帰って在宅になった後、どうすれば
安心して暮らしていけるグループホームがほしい
高次脳機能障害になっても、自分らしい毎日を過ごす
目標を掲げています。あなたも



- 救急病院を退院するとき、高次脳機能障害について何も言われなかった
- 次にどういふ病院で治療すればいいのかわからない
- 病院から帰って在宅になった後、どうすればいいのかわからない
- 在宅生活になってから、次々と困難なことが出てくる
- どこに相談すればいいのかわからない



♡! わたしたちにできること

高次脳機能障害者の生活場面での困難さを
救急医や病院に理解してもらい、受傷後に
高次脳機能障害のくわしい情報や対応法を、
アドバイスしてもらえシステムづくりを働き
かけましょう。



高次脳機能障害者が生活の場で困らないように、
行政や各支援機関、家族が連携して支援していきましょう。

生きがいのある人生



- 地域で活動しているサークルなどに参加したいが、
入れてもらえないような気がする
- 家族以外の人たちが声をかけてくれたり、
励ましてくれるサポーターが身近にいない



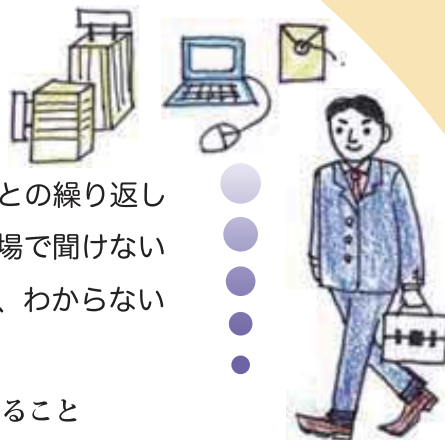
♡! わたしたちにできること

サポーターを増やしていくために、
地域保健の専門家、地域づくりの
専門家とも協力して高次脳機能障
害を支える知識や技術の研修をし
ましょう。

支援の輪

いいのかわからない……。一人になっても
……。当事者や家族の悩みはさまざまです。
していけるようにするために、千葉県ではさまざまな
支援活動に加わりませんか？

何度も働くことに挑戦をするが、結局長続きせず辞めることの繰り返し
上司や同僚の指示がわかりにくかったりしても、その場で聞けない
どうしたら働くことにつながるのか、わからない



♡! わたしたちにできること

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ど、
働くための支援をする機関や、助成制
度を活用して、その情報を共有してい
きましょう。



秘らしい人生を!



一人になっても安心して暮らしていけるグループホームがほしい
自分で決めて、自分らしく生きていける場がほしい
共に地域で暮らす仲間がほしい

♡! わたしたちにできること

高次脳機能障害に関する知識を、福祉の
分野で働く人にも知ってもらいましょう。



行政の窓口でも適切な情報提供が得られ
るように、啓発しましょう。誰もがその
人らしさを発揮して、住み慣れた地域で
生活していける仕組みや、支え合う地域
づくりをすすめましょう。



高次脳機能障害支援拠点機関でも相談の受付をしています

【千葉県高次脳機能障害支援拠点機関】

◆千葉県千葉リハビリテーションセンター 千葉市緑区誉田町 1-45-2 ☎ 043-291-1831

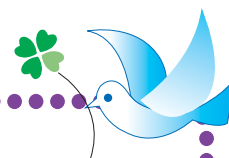
【地域支援拠点機関】

◆旭神経内科リハビリテーション病院 松戸市栗ヶ沢 789-1 ☎ 047-385-5566

◆亀田リハビリテーション病院 鴨川市東町 975 番地 2 ☎ 04-7093-1400

◆総合病院国保旭中央病院 リハビリテーション科 旭市イの 1326 番地 ☎ 0479-63-8111

千葉県内高次脳機能障害家族会



◆ ちば高次脳機能障害者と家族の会

千葉市家族会（花見川区）、ディアひまわり（船橋市）、
C'sこ〜じのうカフェ（佐倉市）などで集まり活動しています。

代・角田義規
☎ 090-4249-3815

◆ 高次脳機能障害若者の会 ハイリハちば

20 歳代～ 40 歳代の方を中心に主に千葉市近郊に集まり
活動しています。

代・石原さとみ
☎ 0476-33-3081

◆ 東葛菜の花「高次脳機能障害者と家族の会」

柏市や松戸市に集まり、脳トレやコミュニケーションを
中心とした小集団活動をしています。

代・大寺龍彦
☎ 080-9570-6534

◆ 南房総高次脳機能障害家族と支援者の会 なんぼーこーじ

千葉県鋸南町・鴨川市・南房総市・館山市の地域を中心
に活動しています。

連絡先
中核地域生活支援センター
ひだまり
☎ 0470-28-5667

◆ こ〜じ・いちかわ

市川市（ココ）に集まり、茶話会を中心として情報交換・
レクリエーション活動などを行っています。

連絡先
地域活動支援センター
ココ 永井
☎ 090-6491-6830



高次脳機能障害の Web サイトを紹介します。詳しい情報を知りたい方は
下記の情報サイトをご覧ください。

【高次脳機能障害情報サイト】

◆国立障害者リハビリテーションセンター
高次脳機能障害情報・支援センター

◆千葉リハ高次脳機能障害者支援情報マップ

【社会資源情報サイト】

◆千葉県ホームページ内「健康福祉情報の森」

◆ワムネット（福祉・保健・医療情報サイト）