10. 起立性調節障害とは

【問い】私の学級に，朝に頭が痛かったり，めまいがすることを理由に登校しない男の生徒がいます。医師からは「起立性調節障害」と診断されました。登校拒否と似ているのですが，担任としてどう働きかけたらよいでしょうか。

【答え】起立性調節障害の症状には，①朝の寝起きが悪く，なかなか起きあがれない。急に立ち上がると，めまいがする②長く立っていたり，入浴していたりすると，気持ちが悪くなって倒れる③とくに朝のうち頭痛や腹痛などを訴え，午後になると元気になる④熟睡できず，乗りものに酔いやすい…などがあります。

これらの原因は，状況に応じて血液の流れを加減する「自動調節能力」が不十分なため起きると考えられます。

この障害は学童期から青年期にかけて起こります。とくに小学生高学年から中学生にかけて，つまり思春期に入りかけのころによく起きます。細長い体形の子に多いようです。先生の学級の子の場合には，①と③にあてはまるようで，俗に〝立ちくらみ〟といわれます。この症状は登校拒否と勘違いされやすいため，その扱い方には十分気をつけて下さい。

担任としては，次のような点を留意して働きかければよいでしょう。

①医師から与えられた薬を飲ませ続ける②成長期に起きる症状のため，病気だと思い込ませず，がまんして登校させる。学校で立ちくらみが起きたときには，保健室で静かに休ませる。回復してから授業を受けさせる③適度な運動を通して体力をつけさせ，自分の体に自信を持たせる。乾布摩擦などがよいといわれています④症状は思春期をすぎると軽くなり，自然に治るといわれます。たえず励まして精神的な面を強くさせて下さい。