

こんにちは、東京京橋カウンセリングオフィスです。

『こころとからだの健康』をテーマとして、日々の暮らしに役立つような情報を発信していきたいと思えます。第 53 回では、「自閉スペクトラム症(ASD)」についてご紹介します。

ASD は、主に社会的なコミュニケーションの困難さや空間・人・特定の行動に対する強いこだわりがある等、多種多様な障害特性のみられる発達障害のひとつです。これらの困難さ、こだわりにより日常生活に難しさを感じる場合があります。

1943 年に、児童精神科医のカナーが「早期乳幼児自閉症」という論文を発表して以降、「自閉症 (Autism)」という言葉が広く認知されるようになりました。現在では、アスペルガー症候群なども含めて、「自閉スペクトラム症」と呼んでいます。スペクトラムとは、「連続性」を意味する言葉です。

ASD の原因は、まだ詳しくわかっていません。育て方や虐待、トラウマなどは原因ではなく、遺伝などが複雑に要因として関与していると考えられています。男女比では、4:1 で、やや男性の方が多くなっています。

ASD をはじめとした発達障害は、医師のみが診断することが可能です。そのため、正確な診断には専門医への受診が不可欠です。もしかしたら、と心当たりのある方は、一度医療機関に相談してみると良いかもしれません。

ASD の方は、コミュニケーションに困難さを持つことが多く、そのことで人間関係や職場でうまくいかず、二次障害としてうつや適応障害、パニック症になってしまうことがあります。

二次障害に陥らないためには環境を整え、過剰適応にならないような配慮が必要です。また、ご本人だけではなく、ご家族などが困難さを抱えていることも多く見られます。困ってはいるがどこに相談していいかわからない、といった時には当オフィスにご相談ください。皆様のご来所をお待ちしております。