

自分のトリガー

自分の症状を理解してみました。

なぜ病院で診察してもらったのか？

- 目眩を抑える薬が欲しかった
- メガネをかけてiPadを見ると一部分だけしか見えないから
- 合理的配慮を受けるため
なぜ字が動いて見えるのか、目眩が起こるのか
相手に伝えるのに、自分の事を理解したかったから

Sensory Processing Disorder

聴覚からの情報が聴覚以外の情報として脳内で処理

■ 聴覚情報⇒視覚情報

文字の形が乱れて認識される ⇒ iPadで支援

■ 聴覚情報⇒平衡感覚

目眩、はきけ、頭痛が ⇒ 目眩の薬で抑える
トリガーになる感覚を回避

合理的配慮を受けるために

僕はLD-SKAIPやK-ABCテスト、wiscの結果や、診断書を学校に提出した。

でも、それだけでは駄目
自分からどうして欲しいのか説明する。

配慮が可能かどうか相手と何度も話し合う事が必要。

メガネの件について

- 目眩の薬を試してから考える。
- 跳ね上げ眼鏡を試してみる。
- iPadの時はとりあえず使わない。
- 左右差があるからもう少しして眼科に行く。

困っていること

- 漢字は唱えて覚える方法で頑張っている

評価の問題で相談中

- 筆算シートを使っても、文字が乱れて見える

文章問題は電卓を使いたい

テストで使用できるのか？評価の問題

聴覚のトリガー

■ 怒鳴り声の喧嘩の声	過呼吸
■ 運動会の音楽、応援	目眩
■ 和太鼓	目眩
■ リコーダー、シンバル、小太鼓、鉄琴	目眩
■ 放送の声、曲、マイクの声	目眩
■ プールの生徒の声	目眩
■ 音程が合っていない歌声	目眩
■ あちこちで不規則に話す会話	目眩
■ 体育館で走る足音、ボールの音	イライラ
■ 昼休みの生徒の声	イライラ
■ チャイムの音	イライラ
■ 椅子を引く音	イライラ

視覚のトリガー

- 不規則な人の動き
(祭りや、駅、昼休みの運動場の予期せぬ人の動き) 目眩
- 光の反射 目眩
- 体育の一斉に踊るダンス 目眩
- 集合体 目眩
- 明朝体の細かい文章 動く
- 漢字、筆算の数字 ぶにゃっとして見えない

触覚のトリガー

- | | |
|-----------------------|--------|
| ■ 山道のフワフワした安定しない道 | 目眩 |
| ■ 雨の日の湿気、靴下がぬれた時 | だるさ |
| ■ 電車の揺れ | 目眩、吐き気 |
| ■ 着心地の悪い服 | イライラ |
| | かゆみ |
| ■ シャキシヤキ、ネバネバした生野菜の食感 | 吐く |
| ■ 刺身の食感 | 吐き気 |
| ■ 熱い飲み物 | 本当に熱い |

味覚のトリガー

- 酸味がきつい酢の物
- 苦味
- 柑橘系の酸っぱさ
- 炭酸
- 辛さ

吐く、泣く

吐く、泣く

吐く

痛い

痛い

- 甘みと冷たさ、塩味は大丈夫

嗅覚のトリガー

■ 体育館トイレ掃除

吐き気

■ 野焼きの煙

喘息

メリスロン 目眩の薬

薬を飲んだら胃酸がたくさん出るみたいだから食後に飲まないといけならしい。

1週間の中に吐きそうになぐらい頭が痛くなりそうになったらやめてって言われた。

早速飲んでみた。

脳の血管を広げるから、それで、脳が大きくなって頭蓋骨にあたって痛くなるかもしれないらしい。

これで目眩が起きなくなったら、成功。

もし目眩が起きなかったら

電車にのって広島に行くことが楽にできる

リコーダーがみんなと一緒にできる

運動会もできる

体育も全部できる

修道の文化祭に行ける（遊園地も）

字が見えやすくなるかも

でも、今日気が付いたけど

音がなさすぎても、耳鳴りが目立つ

20日分薬をもらった

目眩が起こらないようにするための薬だから、ずっと飲んで、目眩が起こらなければ成功。

これは期待したい。

今週ちょっと頑張ってみたい。

なぜ飲もうと思ったかというと、僕みたいな症状の人が増えてきたって聞いて、仲間が増えて嬉しいと思ったけど、僕たちは大変なので、その人達に事例を作りたいと思いました。もちろん、妹にも効くかと思ったから。

メリスロンの効果

2秒以上集中して物を見ると、二重に重なって見える件は、薬を飲んでから、ぼやけて見えるくらいまで治った。

もう少し続けるといいかもしれない。

副作用を心配していたけど、頭痛はなかった。

胃痛もない。ただ、お腹が空くのが早くなった。

食べ過ぎに注意かも。

今後は

■ トリガーをなるべく避けられるように配慮をお願いします。

■ 配慮していただいても防げない機能的な問題はいろいろな方法を試して自分に合う方法を見つける。

■ 無理をしてみんなと同じ事をするとう体調を壊すのがわかっている時は、参加しない勇気も必要。でも、ずっと避けるのではなくて成長するうちにできていく事もあるから、できる事を諦めない。