



## <発達障害の治療を早くしなければならない理由>

障害治療を感染症などのように、「これを飲めば治る。」と考えるのが間違いなのは当然なことですが、「この治療をしたら、直ぐに良くなる。」と考える人は多くおります。身体を構成するのは、細胞であり、その細胞で出来た身体を設計図であるDNAに基づいて造り直そうと考えるのが分子整合栄養医学ですから、細胞の新陳代謝が進むのには、まず6カ月が必要です。また、その前に身体を構成するために障害となっているものを確認するために検査や時間が掛かります。そして、健康な身体を構成するのに必要な栄養素が足りているかどうかを確認し、障害となっているものを取り除くために何が必要かを調べなければなりません。むろん、状態が良くなっても、その人特有の摂取障害や体質があり、栄養素を減らすと新しい細胞構築のための原料不足となって、再び症状が現れることがあります。しっかりとした健康を造り出すためには、少なくとも2年は掛かり、また常に体調不良や症状の発現について注意をしていなければなりません。

発達障害の治療が幼児期に集中するべきであるということは、脳を含めた神経細胞の形成が胎児から5歳くらいまでであるということによります。そして、脳のアレルギー現象や混乱などの原因をできるだけ早期に除去するか対処することにより、健全な脳や神経の形成ができるからです。

### I. 乳幼児期の脳や神経系の発達の状況

脳は生後6ヶ月で出生時の約2倍、4～6歳で約3倍の重さになり成人の90%まで成長します。急速に発達する乳児期～幼児期に、栄養が極端に不足する期間が限度を超えると、回復の間に合わない決定的な損傷や障害を残すことがあります。

動物実験で、子供の幼児期に当たる段階でタンパク質をしっかりと与えておくと、その後の学習能力がタンパク質を多く摂取していなかったものに対して飛躍的に伸びています。これは神経伝達物質のほとんどがアミノ酸からできていることによります。幼児期のタンパク質摂取の意義はとても大きいのです。

治療の目安としては、3歳までには約80%が形成されるので、この時までには脳の形成を阻害するものがあつたり、脳の形成に必要な栄養素や脳が働くための栄養源が不足すると、健全な脳の形成にダメージを与えます。ですから、なるべく早くその異常を捉えなければなりません。11/11の東洋経済オンラインにあった白川嘉嗣医師（福岡新水巻病院周産期センター）の記事から「3歳までの育て方」を殆どそのまま引用します（a～dまで）。

#### a. 生後3カ月～5か月「できるだけ赤ちゃんのそばに」

生後間もないころは「聴覚」が最も発達していますが、3カ月に入るところになると「視覚」がどんどん発達して、聴覚より優位になってきます。周囲の人もよく見えるようになってきますが、そばにいる親と強い信頼関係を結び始めようとする時期でもあります。また、睡眠のリズムができる時期ですので、できるだけ夜更かしをさせないように気をつけましょう。睡眠障害は、行動異常やアレルギー疾患、肥満などの原因になることもわかってきています。

#### b. 生後6ヶ月～1歳「赤ちゃんにいろいろな表現を見せる」

「感覚能力がとても高まる時期」で、「共感能力」を育むためにはとても重要な時期です。人間には、目の前にいる人の言動を脳内で自分のことのようにシミュレートする共感細胞と呼ばれる「ミラーニューロン」という神経細胞があります。「ミラーニューロン」を働かせることで、赤ちゃんの表情が豊かになっていきます。初期の「情動の共鳴現象」は、親から自分の情動が映し返される場面です。赤ちゃんは、親に自分の情動が「鏡映化(mirroring)」されることにより、自分の情動を再体験し、自己に対する気づきがさらに深まります。この「鏡映反応」は、自分の行動と似ているけれど、同じではなくわずかに違うので、「自他の区別を明確化していくため」に必要です。したがって、赤ちゃんは親を通して「自他の区別」と「相手に自分と異なる心があること」を知りはじめます。また、この時期は「親が赤ちゃんの表情をまねる」ことも大切です。「親の表情」を見せることで、赤ちゃんは相手に心があること、自分と他人は違うことに気づき始めます。親が不安定で、赤ちゃん顔と顔を合わせようとしないうるか、赤ちゃんを怖がらせるような表情や態度ばかりが続くと「恐怖心」だけが残り、何でもないものや周りの人を怖がってしまうようになるかもしれないのです。

では、どうすれば「共感能力」を育むことができるのか。じつは効果的なのが、擬声語や擬態語

が多い「絵本の読み語り」です。「読み語り」を聞いている子どもの脳は、感情の動きをつかさどる「大脳辺縁系」が活性化することがわかっています。また、「読み語り」をしている親も「前頭前野」付近が活発になり、親の気持ちも落ち着き、イライラせずに子どもと接することができます。

#### c. 1～2歳「たくさんの経験をさせる」

1歳を過ぎるころになると、脳の基礎的な神経回路がほぼ出来上がってきます。記憶が形成され始める時期になるので、多くのコミュニケーションをとって、たくさんの経験を積み重ねるといいと思います。また、個人差はありますが、この時期は立ち上がって歩けるようになるため、さらにさまざまなものに興味を持ちはじめます。でも、ここで、「危ないから」といって、子どもを守るためになんでも先回りしてガードすることは、子どもにとってよくない場合があります。「危ないこと」「危ないもの」を教えることは大切ですが、親が必要以上にガードして子どもを守ると、子ども自身が「失敗」できなくなります。自分で「失敗」を経験することも、子どもにとっては大切な行動です。子どもの行動を見守り、助けを求められたら手を差し伸べ、成功したらいいところを褒めてあげると、子どもはどんどん成長していきます。2歳ころまでは「助けが必要な時期」ですが、2歳を過ぎるころからは「支える時期」に入ってきます。

#### d. 2～3歳「ひとりの人間として尊重する」

もちろん、親が子どもを見守っていくのは変わりませんが、子どもを「ひとりの人間として尊重する」ように接していくと、子どもは「自分は認められた人間」と思えるようになり「自己尊重」が見られるようになります。逆に、子どもが何か言おうとしているところを遮ってしまうと、萎縮して「自分の意見が言えない子」になってしまうかもしれません。そんなときは、子どもの気持ちを、できるだけ言葉で表現させるようにしてみましょう。自分の気持ちを言葉で伝えようとする、と「前頭前野」が発達して感情と理性の統合を促し、「セルフコントロール」と「自己表現」を学習することができます。ここでも、「子どもの行動の先回りはしない」とことと「子どもの言葉を否定せず、きちんと話を聞いてあげる」ことが大切です。

#### e. 運動神経の発達

筋肉細胞は生まれた時から変化しません。筋肉量の増加は筋線維の肥大（タンパク質摂取）によって行われます。運動の得意、不得意は筋肉量の差に影響されますが、決して生まれた時から決まっているわけではありません。全身運動は3～4歳で飛躍的に向上し、5歳で基本的なものを一通り身につけることが出来るようになります。幼児期において、筋肉を付けておくことは、その後の成長に大きな影響を及ぼします。しかし、過激な運動は、他の部位にダメージを与えるので、決して勧められません。

#### f. 精神活動の発達

幼児期は知能、情緒の面など精神活動が目覚しく発達する時期です。脳の発達は4～6歳頃までに成人の脳重量の約90%に達しますが、言語能力の発達は、生後1年3～4ヶ月で単語1語以上話し、2歳になると単語数も急速に増え、3歳にかけて2語文3語文と助詞、助動詞を交えて意志を伝達するようになります。食の好き嫌いをはっきり主張するのもこの時期からです。

### II. 発達障害かどうかを確認する。

#### a. 対人関係において

上記の発達の状況を理解し、6か月を過ぎても親と目を合わせない、反応しない、という状況があったら、発達障害を疑ってください。「この子は手の掛からない子。」と安心している親がおりますが、母親が傍にいないと不安を感じ、泣き出すのは正常な愛着行動です。また、母乳の授乳の期間を過ぎ、ミルクや離乳食を摂り始めてから反応が悪くなるというケースもあります。その場合は、小麦や乳製品に対するアレルギー現象が疑われます。1週間、それらの製品を完全に断って様子を見てください。この場合のアレルギーは、脳アレルギーとも呼ばれ、脳や神経の働きに極度の異常が現れるものです。その理由は、グルテンやカゼインを分解する消化酵素がないか働かない人がおり、発達障害の人はそのような酵素が形成できない人がいるのです。或は、腸内環境が悪くてカビや悪玉菌が悪さをし腸壁を損傷させて未消化のものを吸収させている場合もあります。注意すべきは、発達障害の人は身体の変調となる原因の食事を極度に好む傾向があり、それを摂らないと興奮することがあることです。グルテンやカゼインの未消化物は麻薬のような影響を与えることがわかっており、注意が必要です。そのようなアレルギー



ギーを疑われる方は速やかにマリヤ・クリニックに来て下さい。

発達障害の人は、人への関心や愛着が薄いので、相手に合わせたり、場の空気を読んだりするのが苦手であると言われています。注意欠陥多動性障害の場合には、何かに過剰に反応して興奮する場合があります。集団生活においては適用が難しい場合がありますが、私たちの治療では神経が異常反応したもので、その原因である食品を取り除くと落ち着いた場合があります。親が軽く見て、改善したからもう食べても良いだろうと学校給食で食べたところ、異常行動を頻発し、止めたら収まったので、先生も驚いていました。

#### b. 刺激に対して

発達障害の人は、感覚過敏がある場合が多く、雑音を遮断する選択的聴取ができずに普通の人気がにしない音でも過敏に反応して恐怖心や緊張に襲われることがあります。怒鳴り声、サイレンの音、掃除機の音、犬の吠え声などを嫌がる場合などにも発達障害を疑ってください。

視覚にも特有な症状が現れることがあります。木漏れ日や光の点滅を見続け、電灯を指の間から見たり、光の刺激を好みます。皮膚感覚が特異で、触られたり、撫でられることを嫌がり、つま先立ちをしたりします。つま先立ちの理由は、足裏の感触が嫌なのだと感じるのかもしれませんが。

味覚や嗅覚にも偏りが見られます。偏食が激しい場合が多くありますし、なにか変な食事のこだわりがあります。臭いに対しても、普通の人には気にならない或は良い匂いだと感じるものを嫌い、なんでも臭いを嗅ごうとすることもあります。

#### c. 抑えられないパニック

発達障害の子は、突然大声をあげたり、泣き出したり、痙攣を起したり、頭や身体を何かにつけたりする異常行動を起こすことがあります。その異常感覚の原因を掴むことが大事ですが、固有なものが多く丁寧に様子を見守らなければなりません。私たちの治療では、感情を制御するセロトニンの分泌やコントロールに支障があるようです。

#### d. 発育不良

発達障害の人は、酵素欠損や極度の貧血、また栄養不良の人が多くおります。おそらく相互に影響を及ぼして、身体の健全な発育を阻害しているのでしょう。私どもの治療では、まず十分な栄養補給をして、成長に必要な栄養素を工夫して供給するようにします。タンパク質アレルギーも多いので、その検査をしてどのようなタンパク質が摂取できるかを探ります。また、そもそもタンパク質の消化吸収に必要な酵素が機能しているかも探らなければなりません。貧血もまた、身体が正常に機能することを損ない、エネルギー不足を起こして、身体にストレスとなります。

#### e. 個体差や家系

発達障害の原因は遺伝子異常であるとされる場合もありますが、一卵性双生児でも一致率は60～90%であり、二卵性双生児の場合は10%未満です。また、「これは我が家の個性だ。」として、発達障害の症状であることを認めない場合が実際には多くあります。人間の能力や健康は、成長過程に依存することがわかっています。「子どもは泣き叫ぶもの、元気があって良い。」などと放置すると、後で家族にとって大きな負担となります。5歳までの育児は、子どもの一生に関わります。

以上、ご自分のお子さんの様子を丁寧に観察すれば、1歳の段階で治療に取り掛かれます。脳は、その頃、最も成長しようとしている時期であることを覚えて、適切な行動を取ってください。特に、幼少期の子どもの向精神薬を処方するなどということは控えてもらいたいものです。

### ＜ 診 療 時 間 ＞

月曜～金曜（午前8時30分～12時10分、午後2時30分～5時30分）

土曜（午前8時30分～12時10分、午後2時～4時）

休診日 木曜、日曜、祝日、年末年始

- ・各種健康保険取扱機関
- ・生活保護指定機関
- ・介護保険取扱機関
- ・特定疾患取扱機関
- ・結核予防法指定機関
- ・自立支援医療機関
- ・身体障害者認定医
- ・各種健康診断
- ・小中台小学校校医
- ・栄養療法(分子整合医学)



(携帯サイトへ)