



歩きにくい



話にくい

もしかして、  
遅発性ジスキネジアでは  
ありませんか？



食べ物が噛みにくい



家族や他人から止めるように注意を受ける

## からだが無意識に動く、 それによって困っていることは ありませんか？



この冊子は、無意識なからだの動きやそれによる  
困りごとがないか、気づいていただくために作成しました。  
自分では気づかないこともあるため、  
このような動きをしていると  
言われたことがないか振り返ってみたり、  
ご家族など身近な方にも聞いてみましょう。

### からだの無意識な動きや それによる困りごと（例）

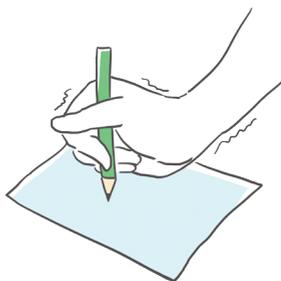
- ・ 口の周り、体、両手足  
などが無意識に動く
- ・ 無意識な動きによって  
痛みを感じる



- ・ 舌・あごなど口の周りや喉が無意識に動く
- ・ 話しにくい
- ・ 口から音が出る
- ・ 食べ物が噛みにくい
- ・ 食べ物が飲み込みにくい



- ・ 指、手および腕などが無意識に動く
- ・ 物（鉛筆、ジッパー、箸、スプーン、歯ブラシなど）をつかみにくい
- ・ 字を書く・携帯電話で字を打ちにくい



- ・ 体や両手足が無意識に動く
- ・ 体のバランスを崩すことがある
- ・ つま先、足（足首から下の部分）および脚などが無意識に動く
- ・ 歩きにくい



## 自分の気持ちやまわりの人との 関わりの中での困りごと（例）

2～3ページにあげたような動きのせいで、  
以下のような困りごとはありませんか？

体の無意識な動きが

- ・ 気になってしかたがない
- ・ 家族や他人から  
見られているような気がする



- ・ 家族や他人から止めるように  
注意を受ける



- ・ 公共の場所（スーパーマーケット、  
電車・バスなど）に行きづらい
- ・ 友人や知人に会いにくい
- ・ 学校・職場・デイケアなどに  
行きにくい



からだが無意識に動く、  
それは「遅発性ジスキネジア」  
かもしれません。



「遅発性ジスキネジア」とは、自分ではなかなか止められない、止めようとしてもすぐに動いてしまうなど、自分の意思と関係のない運動をもたらす神経の障害です。抗精神病薬などのお薬を長い間使用することで、発症することが多いといわれています。

6～7ページに、セルフチェックシートを掲載しています。無意識なからだの動きやそれによる困りごとについて、遅発性ジスキネジアの可能性があるかチェックしてみましよう。



# 遅発性ジスキネジアのセルフチェックシート

記入日 年 月 日

お名前

年齢

歳

男・女

## ■ からだの無意識の動きやそれによる困りごと



- 話しにくい
- 口から音が出る



- 食べ物が噛みにくい
- 食べ物が飲み込みにくい
- 歯の噛み合わせがよくない
- 入れ歯（義歯）が合っていないと感じる



- 物（鉛筆、ジッパー、箸、スプーン、歯ブラシなど）をつかみにくい
- 文字を書く・パソコンや携帯電話で字が打ちにくい

- 歩きにくい



- 無意識な動きによって痛みを感じる



- その他

## ■ 自分の気持ちやまわりの人との関わりの中での困りごと



- 体の動きが気になってしかたがない
- 家族や他人から見られているような気がする



- 体の動きが気になり
- 公共の場所（スーパーマーケット、電車・バスなど）に行きづらい
- 友人や知人に会いにくい
- 学校・職場・デイケアなどに行きにくい



- 家族や他人から止めるように注意を受ける
- その他

からだの動きや困りごとは、自分では気づかないこともあります。  
ご家族などまわりの人にも確認してみましょう。

## ■ 病気やお薬について

今、使用している抗精神病薬はありますか？

ない       ある



そのお薬は何種類ですか？

(                    ) 種類

そのお薬はどのくらい前から使用していますか？

3カ月未満       3カ月以上



過去に、抗精神病薬を使用していたことはありますか？

ない       ある

糖尿病である、または血糖値が高いと言われたことがありますか？

ない       ある

気分障害・てんかんなどの持病があったり、頭に大きな怪我をしたことがありますか？

ない       ある

アルコール依存があるとされたことはありますか？

ない       ある

6ページにあてはまる項目があれば、このチェックシートを持参し、  
医師と話し合ってみましょう。

**遅発性ジスキネジアであるかどうかは、  
医師が診断します。**

遅発性ジスキネジアは、  
次のような方に起こりやすいといわれています。

- ① 最近新しく抗精神病薬を使用し始めた方  
(特に、使用し始めて2~3ヵ月以上経っている方)
- ② 長い間(数年~数十年)、  
抗精神病薬などを使用し続けている方
- ③ ①・②に加えて、高齢の方、女性の方、糖尿病がある方、  
気分障害やてんかんがある方、頭部外傷の既往がある方、  
アルコール依存がある方

参考：厚生労働省・重篤副作用疾患別対応マニュアル(ジスキネジア)平成21年5月(令和4年2月改定)  
(<https://www.mhlw.go.jp/topics/2006/11/dl/tp1122-1c53.pdf>) (2022年3月1日閲覧)

診察時に記載したセルフチェックシートを持参し、  
医師と話し合ってみましょう。

日常でのご自身の症状の動画を撮影しておき、  
医師に見ていただくことも有効です。

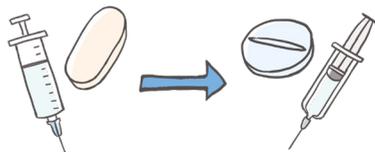
その際には、おくすり手帳など現在使用している薬・過去に  
使用していた薬がわかる資料を一緒に持参しましょう。

## ■ 遅発性ジスキネジアの治療の選択肢

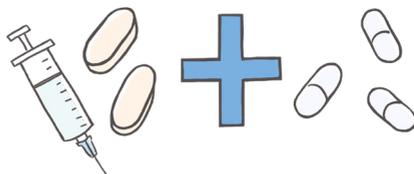
- ① 遅発性ジスキネジアの原因となっているお薬を中止または減量する



- ② 遅発性ジスキネジアの原因となっているお薬を他のお薬に変更する



- ③ 困っている動きを改善するためのお薬を追加する



参考：厚生労働省、重篤副作用疾患別対応マニュアル（ジスキネジア）平成 21 年 5 月（令和 4 年 2 月改定）  
(<https://www.mhlw.go.jp/topics/2006/11/dl/tp1122-1c53.pdf>) (2022 年 3 月 1 日閲覧)

自己判断でお薬を中止したり減量したりすることは非常に危険です。  
絶対に行わないでください。



# 遅発性ジスキネジアの情報サイト 「サーチライト」のご案内

## 主なコンテンツ

### 動画で学べるコンテンツ

### 「遅発性ジスキネジア 症状動画ライブラリー」

遅発性ジスキネジアの典型的な症状を、部位別と日常生活のシーン別にご覧いただけます。



### 遅発性ジスキネジアとは何か?をわかりやすく解説

### 「遅発性ジスキネジアについて」

遅発性ジスキネジアの原因や症状、どうして起こるのか?などを解説しています。また、遅発性ジスキネジアに「早く気づくためのポイント」もまとめています。



### アクセス方法



スマートフォンから

右の二次元コードを読み取っていただくか、下記のURLにアクセスしてください



<https://td-searchlight.jp/>



パソコンから

「TD サーチライト」と検索いただくか、右記URLを入力アクセスしてください。

TD サーチライト



<https://td-searchlight.jp/>



遅発性ジスキネジア情報サイト

いっしょにみつける、ささえる

サーチライト



医療機関名