

「体調チェックシート」の活用について

学校生活に支障がある児童生徒がいる場合、その原因が体調不良によるものなのか、それ以外に原因があるのかをいち早く気づき、体調不良の場合は早期発見、早期治療をすることで、児童生徒、保護者、教員の負担を軽減することができます。

起立性調節障害は、軽症も含めると小学校高学年以上の児童生徒の10人に1人発症すると言われています。

お配りした「体調チェックシート」は、起立性調節障害の早期発見を目的として小児心身医学会のガイドラインをもとに作成されたものです。先生方が、体調不良を訴え、以下の項目について思い当たる児童生徒を対象に行ってください。

- ・遅刻、または欠席が多い児童生徒
 - ・朝礼などの長時間の起立姿勢をとると体調不調を訴える児童生徒
 - ・頭痛、腹痛、吐き気、めまいを訴える児童生徒
 - ・保健室に来る回数が多い児童生徒
 - ・乗り物酔いを訴える児童生徒
- など。

そして、その結果から起立性調節障害が心配される児童生徒については、別紙プリント（保護者の皆様へ）を活用し、保護者に対して医療機関への受診を勧めるなど起立性調節障害の早期発見・早期治療につなげていただければと思います。

医療機関の問い合わせなどはわかる範囲でお答えしていただくか、各ご家庭で

- ・起立性調節障害サポートグループ ▶ <http://inphs-od.com/>

の病院検索をご覧ください。

その他のお問合せは

- ・NPO 起立性調節障害 (OD) の会 ▶ <http://kanto-od.jimdo.com/>

をお願いします。

東京医科大学 小児科 呉宗憲医師 監修

(なお、呉先生へのお問合せはご遠慮ください。)