健康ぷらざ

吃音（きつおん）とその対応

―安心して会話ができる環境づくりを―

慶應義塾大学医学部耳鼻咽喉科頭頸部外科学教室 助教　富里 周太

企画：日本医師会

No.608

吃音とは

吃音はいわゆる「どもること」で、主な症状は「繰り返し（連発）」「引き伸ばし（伸発）」「ブロック（難発）」の3つです（図1）。またリズムをとるように、手足や首を動かすことがあります（随伴症状といいます）。



図1　吃音の主な症状

約8％の子どもが吃音を発症します。その多くは自然に治癒し、成人では約1％の人が吃音を持っています。吃音の原因は生まれつきの要因が大きいと考えられています。

水面下の症状

吃音の悩みが深まると、吃音が生じることに恥ずかしさや不安を感じるようになります。吃音の予感が不安とセットで生じることは、予期不安と呼ばれます。予期不安が強くなることで、二次的な社交不安症を発症し、吃音が生じそうな言葉や場面に強い不安を感じ、回避するようになります。吃音はよく氷山に例えられます（図2）。表面的な言葉の症状だけではなく、水面下にある恐怖や不安に目を向けることが必要です。

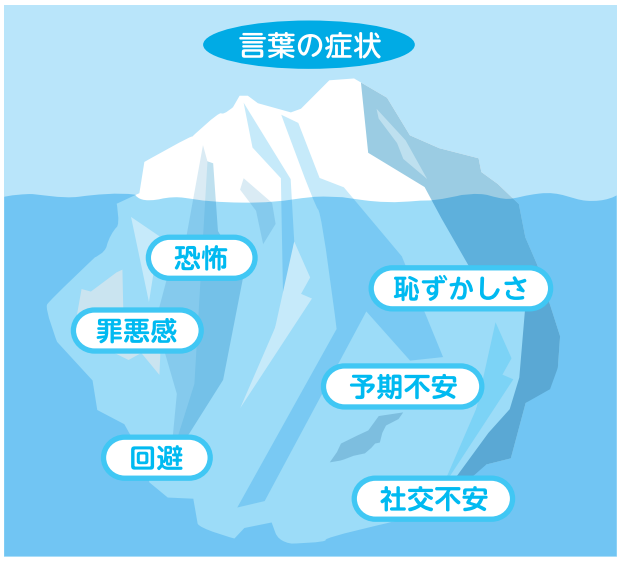


図2　吃音の氷山

吃音のある人との接し方

吃音のある子どもは水面下の症状を大きくしないことが重要で、つまり「のびのびと」会話ができることが目標です。吃音のある子どもと接する大人は、表を参考にしてください。また吃音をしっかり自覚した後の子どもや成人では、「どうしてほしいか」を本人と相談することが望ましいでしょう。本人が1人で悩まないよう、安心して会話ができる環境づくりが大切です。

表　吃音のある子どもと接する際に気をつけたいこと

話す内容に注目する	吃音を一つひとつ指摘されると、話す意欲がそがれます。話す内容に注目して会話をしましょう。
ゆったり聞く	「おちついて」「ゆっくり」などのアドバイスは多くの場合、意味がありません。あわただしく話している場合は、聞く大人側の態度を「ゆったり」にしましょう。
先取りしない	吃音が生じていると、何を話そうとしているかわかることがあります。先取りせずに、最後まで聞いてから話すようにしましょう。
症状の波に一喜一憂しない	吃音の症状には波があり、良くなったり悪くなったりします。その変化に一喜一憂しないようにしましょう。
吃音についてオープンに	本人やきょうだいから吃音について質問された場合は、真摯に答えてあげましょう。

日本医師会ホームページでは、健康ぷらざのバックナンバーがご覧いただけます。
健康ぷらざ
バーコード読み取り機能付き携帯電話もしくはスマートフォンでご利用になれます。