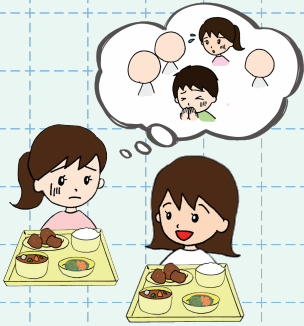


～嘔吐恐怖症とは、吐くことや気持ち悪くなるのが怖い病気です～

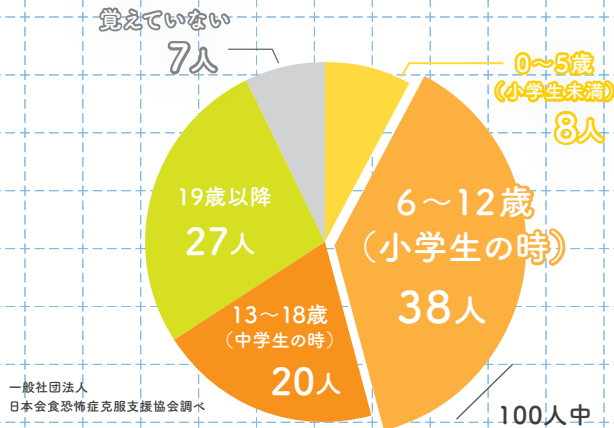


### 給食を食べられない原因になることも

「嘔吐恐怖症」は、気持ち悪くなることや吐くことに対して、健全ではないレベルでの不安や恐怖を感じ「人と食事をするができない」他、日常生活に大きな支障が出る不安障害の一種です。

自分が吐くことだけでなく、他人が吐くことや気持ち悪くなることにも恐怖を感じることもあるのも特徴で、給食や食事の場面を一緒に過ごすことが苦手な人もいます。

### 小学生での発症が1番多い?



発症時期に関しては、左の回答結果になり、小学生での発症時期が多いことも先生方には知ってほしいところです。

※「嘔吐恐怖症のきっかけとして一番強いと思うもの」の調査によると「小学生くらいの時に自分自身が吐くと親に怒られたから」、「小学生の時に教室で吐いてしまった事をみんなの前で怒られた」など「自分が嘔吐したのを誰かに怒られた」という類の回答も複数ありました。

### どうする?子どもがもし吐いてしまったら

✕ 怒ったり、責めたりする



○ 子どもの感情に寄り添う



また、「友達が吐いていた」とか「吐いている人を怒っている場面を見た」という自分とは直接関係ない出来事でも、発症の引き金になるというのを知っておきたいところです。ですから、子どもが吐いてしまっても「責めない」、「怒らない」ということが大切です。そういう場面に遭遇したら「びっくりしたよね、大丈夫だよ」などと、子どもの感情に寄り添う声かけを心がけましょう。

詳しい解説記事はこちら!

