

## 身体と心の健康問題の特徴と理解（高等学校）

### 青年後期（高等学校）

この時期の身体的変化は比較的少なくなり、それに従い身体像も安定していきます。男女の95%が17～18歳までに乳房、陰茎、恥毛の最終的な発達段階を迎えます。男性の場合は、ひげや胸毛の発毛など体毛の分布における軽度の変化が数年間続きます。

自己同一性を確立していく中で、心身の調子を崩し、摂食障がい（神経性やせ症、過食症）、パニック発作などを発症することがあるため注意が必要です。

### 心の健康問題の特徴と理解

#### 青年後期（高等学校）

##### <多様な精神疾患の発症>

高校生になると心身の発達が大人に近づき、知識や行動範囲の広がりとともに、ほぼ成人同様のメンタルヘルスの問題がみられます。特に、うつ病、双極性障がい（躁うつ病）、統合失調症の頻度は中学校までと比べて高くなり、パーソナリティ障がい（人格障がい）が出現するのも高校生以降です。また、この時期には、手首自傷（リストカット）や多量服薬などの激しい症状や性の問題がみられやすくなります。

この時期には、人間関係が中学校以上に複雑化し、異性への意識やプライバシーの感覚が一層強まるため、対人関係に由来する悩みやストレスが生じやすくなる。このことや新しい環境になじめないため、高校進学後に初めて不登校におちいる自閉スペクトラム症の生徒も少なくないです。

以上のように高等学校では多様な精神疾患が発症するとともに、それまで見過ごされてきた障がいに気付かれることが多いです。いずれの場合も、高校卒業以降の進路も念願においた対応が望まれます。