

No.10 おとなの ADHD（講師；今村 明 氏）

○おとなの ADHD について

注意欠如・多動症（注意欠如・多動性障害）

- ・不注意と多動性・衝動性を主症状とする。
- ・神経発達症（発達障害）。生来の脳神経発達のかたよりのひとつ。
- ・子どもで約5%の有症率。成人に至っても、50%以上は診断可能な状態として残る。うつ病に匹敵するくらいの数が多い可能性がある。
- ・男：女=2：1（成人では1.6：1）

おとなの ADHD の問題点

- ・不注意
整理整頓の困難、スケジュール管理の困難、先延ばし傾向 など
- ・多動性、衝動性
無計画な転職、辞職、ネット上のトラブル など
- ・両方の問題
対人関係の問題、健康状態の維持の困難、交通事故、交通違反 など

○おとなの ADHD 診断について

おとなの ADHD の診断のためには

1. だれもが多少は有する不注意、多動性、衝動性の症状が、現時点で診断閾値を超えているかどうか？
2. 現在の症状が幼少時より連続して存在していたと言えるかどうか？
3. その他の発達症の併存や不安や抑うつを主症状とする続発症があるかどうか？
4. その人の強みは何か？

以上の4つの検討を行う必要がある。

診断に関して

- ・成人期 ADHD の診断に関しては、本人と家族から成人期で基準を満たし、かつその傾向が小児期より連続していることが示されることが必要である。
- ・心理検査の結果とその時の行動観察を合わせて検討する。
- ・依存診断がある方が多い。
- ・診断をつけることよりも、どのような支援が行えるかを念頭に置いて対応する。
- ・診断閾値に満たないケースでも、生活上の困難があれば基本的にフォローを続ける。

ADHD の強み

- 不注意・・・知的好奇心、探求心。大切な時に強い集中力を示す人もいる
- 多動性・・・活動性が高い。積極的である。
- 衝動性・・・ひらめきがある。発想力がすごい。決断力に優れている。
- ・成人期 ADHD への支援、精神療法として日常生活のシステムづくり、感情のコントロール、コーチング等の手法が用いられる。肯定的な注目を行い、「自己評価を高めるアプローチは特に重要である。