

昭和大学付属鳥山病院を訪れた20代女性は菓子店で3年近く販売員を務めていたが、注文と違う商品を出し、たり値段を間違えたりするミスが止まらない。店長から叱責され精神的にも参っていたといふ。不注意や集中力の欠如が明らかで岩波明・同大医学部教授はADHDと診断した。

「小児」に限らず
ADHDは注意力や覚醒機

人の話をしっかり聞かず、忘れっぽくて、計画的に物事を進められない。こんな理由で職場などで叱られた経験のある人は多いだろう。最近の研究でこうしたケースが発達障害の一つ、「注意欠陥多動性障害（ADHD）」に該当する可能性があると分かってきた。受診する人も増えている。ただ典型的な症状があつても仕事や日常生活に支障を及ぼさないよう工夫できる。専門家は「あまり落ち込まないで」と話す。

成人の症状診断 進む

も近く出る予定だ。

ADHDは主に小児の症状と考えられていたが、最近は思春期以降に「実はADHDだった」と分かるケースも増えてきた。

こうした現状に合わせ、DSM-5では成人的

症状の説明などを詳しくした。従来は7歳未満の症状からADHDかどうかを判断していたのを、12歳未満に引き上げたのが大きな改正点だ。

また、17歳以上ではこれまでよりもやや緩い基準でADHDと診断するよう改めた。

「成人になって突然、発症することはないので、子ども

の頃の状態を詳しく聞き取るのが正しい診断の決めにならぬ」と東京大学大学院医学系研究科准教授で付属病院こころの発達診療部の金生由紀子部長は指摘する。小中学校の通知表や作文、絵画や習字の作品などが参考になる。

同病院は18歳以上を対象に発達障害検査入院プログラムを2011年度から実施している。10日～2週間の入院期間中に知能検査、診断面接、神経心理検査など約15種類の

発達障害ADHD 忘れっぽく計画性欠く



対応策の例

- 業務報告書や精算伝票などしめきりのある手続き類が苦手で嫌い
- 部屋や机の上を片付けられない、すぐに物がなくなり必要な時にみづからない
- 注意しているのに遅刻する、大事な約束を忘れる
- 思ったことをすぐ口にする、人間関係のトラブルが多い
- 思いついたら後先考えず行動に移してしまう



(注)えいそんくらぶの資料などをもとに作成

する世界保健機関（WHO）の指針や、米国精神医学会の精神疾患の分類と診断の手引（DSM）」だ。同学会は昨年5月に最新版「DSM-5」を発行し、日本語版

「前向き」が大切 ■ 特徴生かす道も

検査をする。母子手帳や通知表、卒業文集などを提出してもらおう。ADHDなどと診断された場合は同病院で治療するか、患者の居住地に近い医療機関に引き継ぐ。検査に時間がかかるため、受け入れは月に1人に限っている。

プラス面探そう

ADHDにはどんな治療法があるのか。「患者自身が自分の状態を知り、受け入れたうえで対処することが必要」と専門家は口をそろえる。それを促す方法として、昭和大付属鳥山病院は昨秋からグループ療法を始めた。「自分はもう駄目だと思いがちだが、似たような状況に悩む人たちと一緒にだと対処法を見えてくる場合も多い」と同病院の精神保健福祉士・社会福祉士、五十嵐美紀さんは指摘する。他の参加者の態度や行動を通して「話をちゃんと聞くかな」などの問題に気付き、自分がどうかと考えるようにする。改善策を出し合い参考にする。週1回約2時間かけて実施する。時間管理が苦手な人にとって、毎週の参加は規則性を身につけるにも役立つ。成人のADHDの薬はアトロキゼン塩酸塩（商品名

ストラテラ）とメチルフェニデート塩酸塩（同コソーサーク）が保険適用されており、必要に応じて処方する。

ADHDの特徴を生かし、仕事で大きな力を発揮したり新たな才能に自覚めたりするケースもある。ADHDの知識普及や支援活動を手掛けるNPO法人えいそんくらぶの高山恵子代表は大学薬学部を卒業後、製薬会社に就職したが堅苦しさを感じて退職。転職や塾の経営などを経て米国に留学、教育学とカウノセング学を学ぶうちに自身がADHDだと気が付いた。

「過去の失敗の多くがADHDによるものだとわかり、前向きの気持ちになれたら」と振り返る。思いついたらすぐ行動することがプラスに働く。帰国後、さっそくえいそんくらぶを設立した。おしゃべり好きは講演活動などに役立つている。ADHDの知識合いには「起業家が多い」。事務作業などをしてくれる人がいれば、リスクをあまりおそれない行動は起業家に向くという。物忘れなどはスマートフォン（スマホ）を活用したスケジュール管理、メールの予約送信による自身への通知などでかなり防げる。

勤務先で「プラス面を探しADHDの人を活躍してもらう道はあるはず」と東大大学院医学系研究科の川久保友紀助教は指摘する。ただ、景気低迷に対する企業の許容度が低下した（昭和大の岩波教授）。勤務する企業がADHDを診断できる医師が少ない（東大の金生准教授）問題もある。自治体が設けている発達障害者の支援センターなどに相談するのもよいだろう。産業医の理解を深めることなどが今後の課題だ。

（編集委員 安藤淳）