

長大了還會過動嗎？談青少年注意力缺損過動症～

[發表醫師] :何淑賢 醫師(精神科)

[發布日期] :2004/11/19

根據統計學齡兒童當中有 3%-10%有注意力缺損過動症，其中男生又比女生多大約 3 到 4 倍。注意力缺損過動症可能是兒童期最常見的精神疾病之一，然而注意力缺損過動症的診斷概念在過去幾十年中，至少改變了五次以上，這個現象代表臨床醫師及研究者對這個疾病仍然有許多不一致的觀點。傳統的觀念上，過動症似乎是兒童的專利，也因此過動「兒」這個稱呼也成了許多人耳熟能詳的名詞。然而這可能是因為過去受到美國精神醫學統計與診斷手冊的限制，因此在過去研究注意力缺損過動症的論文大部分的研究對象是以兒童期的男性為主，因為研究對象的限制使得人們以為注意力缺損過動症的症狀在兒童成長的過程當中，是會逐漸消失的。然而過去十幾年中，在針對女性、青少年，及成人的注意力缺損過動症研究增加了之後，我們對於注意力缺損過動症的瞭解有了很大的改變。

傳統的觀念上，注意力缺損過動症主要表現在三個方面，分別是：活動量大，注意力不集中，和衝動控制差這三大類症狀。近來的研究發現，雖然三類核心症狀在注意力缺損過動症兒童成長後會略有改善，但將近 30%到 70%的注意力缺損過動症的孩童的症狀會持續到青少年甚至是成年，若未接受治療，到了青少年會比同年齡的孩子容易出現一些問題，這些問題包括三個方面：

學業方面：

- ◎高比例的中輟生可以符合注意力缺損過動症的診斷準則
- ◎學業表現較差
- ◎無法獨立把工作做好
- ◎做事缺乏組織性與計畫性
- ◎缺乏時間管理的能力

情緒方面：

- ◎自尊低，缺乏嘗試新挑戰的動力
- ◎和同儕的關係不好
- ◎判斷社交場合中隱含的暗示能力有限
- ◎情緒不穩，對於批評過度敏感，對社交場合焦慮，以及憂鬱

行爲方面：

- ◎較高比例染有性病及懷孕
- ◎發生意外的機率較高
- ◎容易有藥物或毒品濫用
- ◎容易吸煙或酒精濫用
- ◎較高的犯罪紀錄

出現這些問題的原因，除了本身因為注意力缺損過動症而殘留的症狀之外，又加上社會對青少年在獨立性等方面的要求較高，社會、家庭的責任增加，及青少年本身的生理變化，使得注意力缺損過動症的青少年在這個時期面臨了許多的困難，這一連串的結果

導致了憂鬱，沮喪，自信心低等情緒上的困擾。此外，如果注意力缺損過動症的兒童有同儕相處、攻擊，和偏差行為等問題，則到了青少年時期的人際關係、學業表現也容易出现問題，濫用藥物、毒品的危險也會增高。此外，家庭給予的關心與協助越少、親子間的衝突增高、或者父母有精神病態等因素，都會增加注意力缺損過動症青少年出現情緒困擾和問題行為的危險。

針對這個問題，根據美國的國家精神衛生研究院（NIMH）進行了一項注意力缺損過動症的多重治療模式（MTA）的大型研究，其結果顯示，單獨用藥物治療或者藥物併用行為治療的成果，都比起單純用行為治療或者單純用社區處遇的治療方式療效要好上許多。藥物治療的基本原理，是針對注意力缺損過動症的神經傳導物質失調進行改善，因此使用藥物治療可以有增加注意力和集中度，降低衝動及增加耐性，減少過動不安的行為，減少攻擊和暴力的行為，以及加強情緒穩定度的效果。藥物的治療可以改善注意力缺損過動症的核心症狀，併用行為治療則可以改善伴隨的情緒及行為問題，這些概念值得家長深思。

!!健康文章內文主要提供民眾降低對疾病因不了解產生之不安和恐懼，但不可取代實際的醫療行為，所以身體如有不適請您前往醫院就醫治療。