

認識ADHD 注意力不足過動症

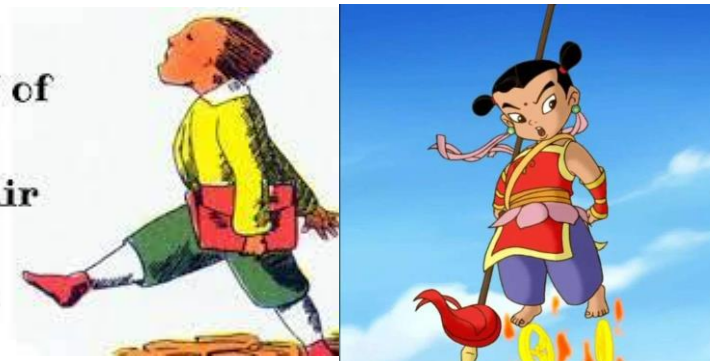
大千醫療社團法人南勢醫院

劉佑閔 醫師



The STORY of
Johnny
Head-in-Air

by
Heinrich Hoffman



DBD, ADHD, ODD, CD

• DBD

- 干擾行為障礙症
- 外顯的
- 外化的
- 干擾性的

• ADHD

- 注意力不足過動症(attention deficit/hyperactivity disorder)
- 核心症狀:注意力缺損、過動、衝動、執行功能障礙

• ODD

- 對立反抗症
- 核心症狀:憤怒/易怒、好辯/反抗、報復心

• CD

- 行為規範障礙症/品行疾患
- 核心症狀:違反他人基本權利或社會常規

ADHD DSM-IV-TR 診斷準則(摘錄)

A 1 注意力缺損

- 注意力不良的症狀有**6項以上**
- 持續至少**6個月**
- 已達**適應不良**並與發展水準不相稱

- ① 無法密切注意**細節**,在學業、工作或其他活動上常**粗心**犯錯
- ② 工作或遊戲時,難以維持**持續**的注意力
- ③ 直接對話時,彷彿**沒有在聽**
- ④ 無法**遵照指示**完成任務(非無法理解或**違抗**)
- ⑤ **組織規劃**有困難
- ⑥ **逃避**、排斥、不喜歡需要全神貫注的**任務**
- ⑦ 經常**遺失**工作或活動所需的物品
- ⑧ 易受外界刺激而**分心**
- ⑨ 日常生活中常**忘東忘西**

ADHD DSM-IV-TR 診斷準則(摘錄)

A 2 過動-衝動

- 過動-衝動的症狀有6項以上
- 持續至少6個月
- 已達適應不良並與發展水準不相稱

過動

- ① 手忙腳亂或在座位上**蠕動**
- ② 在應該維持安座的場合**離席**
- ③ 在不恰當的場合**奔跑或攀爬**
- ④ 難以**安靜地玩**或從事休閒活動
- ⑤ 經常處於活躍的狀態、像被**馬達**般驅策
- ⑥ 經常**話太多**

衝動

- ① 常在問題尚未講完時**衝口**說出答案
- ② 難以等待排序或**輪流**
- ③ 經常**打斷**或侵擾他人的活動

ADHD DSM-IV-TR診斷準則(摘錄)

- 7歲前出現
- 至少在兩種情境下呈現
- 必須有明確證據顯示社會、學業或職業功能已有臨床重大損害
- 分型:

過去6個月內符合A1但不符合A2	注意力不足過動症, 注意力不足型
過去6個月內符合A2但不符合A1	注意力不足過動症, 過動/衝動型
過去6個月內A1和A2皆符合	注意力不足過動症, 混合型
目前仍有症狀但不完全符合準則	註明「部分緩解」

ADHD DSM-5 診斷準則(摘錄)

- 在12歲以前就有數種不專注或過動/衝動的症狀
- 青少年與成人(滿17歲以上)至少有5項症狀
- 註明目前嚴重度:
 - 輕度:症狀數量僅略微超過足以診斷的準則、僅導致少部分功能減損
 - 中度:介於輕度與重度之間
 - 重度:症狀數量遠超過診斷所需、造成嚴重功能減損

ODD DSM-5 診斷準則(摘錄)

- 持續至少6個月
- 下列行為模式至少4項
- 至少在一位非手足者互動中顯現

• 憤怒/易怒

- ① 經常發脾氣
- ② 經常難以取悅或易受激怒
- ③ 經常是生氣的或憤慨的

• 好辯/反抗

- ④ 經常與權威者爭辯
- ⑤ 違抗或拒絕服從權威者的要求或遵守規則
- ⑥ 故意去惹惱別人
- ⑦ 經常將自己的過錯或不當行為怪罪他人

• 報復心

- ⑧ 過去6個月中至少2次懷恨或報復行為

CD DSM-5 診斷準則(摘錄)

- 過去12個月中，出現下列至少3項；於出現的準則項目中，過去6個月至少1項存在

攻擊人及動物

- ① 經常霸凌、威脅或恐嚇他人
- ② 經常引發打架
- ③ 曾使用可嚴重傷人的武器
- ④ 曾對他人施加冷酷的身體凌虐
- ⑤ 曾對動物施加冷酷的身體凌虐
- ⑥ 曾直接對受害者進行竊取
- ⑦ 曾逼迫他人進行性行為

CD DSM-5 診斷準則(摘錄)

毀壞所有物

- ⑧ 縱火、意圖造成嚴重破壞
- ⑨ 故意毀壞他人物品(縱火除外)
- ⑩ 闖入別人的房子、建物或汽車

欺騙或偷竊

- ① 經常說謊
- ② 未直接面對受害者的情況下竊取值錢的物件

重大違規

- ③ 13歲前就不顧父母的禁止而經常深夜在外
- ④ 與父母或代理人同住時,曾逃家至少2次或1次長期逃家不歸
- ⑤ 13歲之前開始經常逃學

CD DSM-5 診斷準則(摘錄)

- 兒童期初發型
 - 10歲前出現
- 青少年期初發型
 - 10歲前未出現行為規範障礙症的症狀
- 非特定的初發型

特別註明:

- 有利社會情緒不足
 - 在多重關係或情境中(而非特定情境下),超過12個月出現下列至少2項特徵(注意需有多重資訊來源)
 - 缺乏懊悔或罪惡感
 - 冷酷無情、缺乏同理心
 - 不在意表現
 - 情感表淺或缺乏

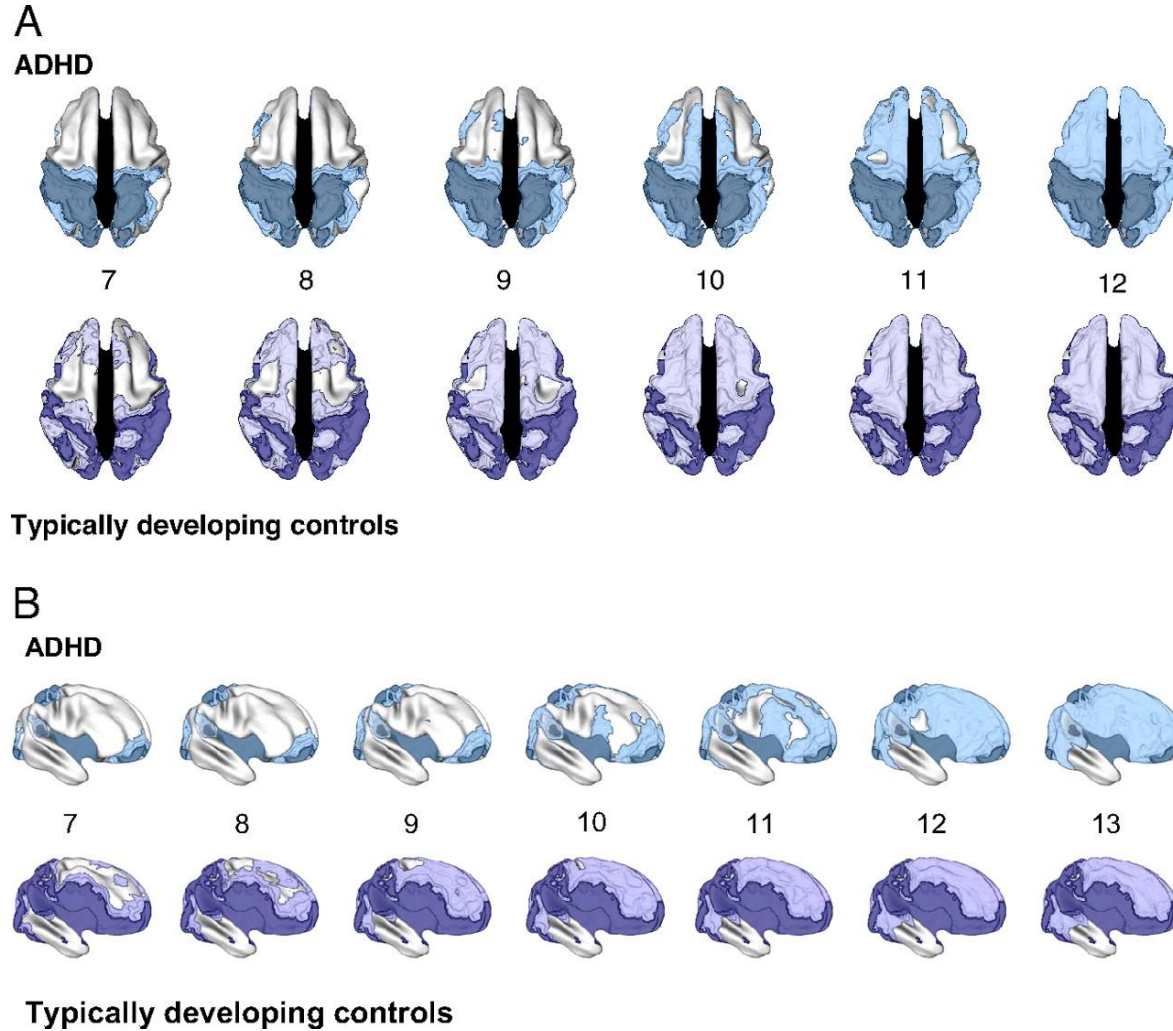
完整的診斷與評估

- 發展史、過去病史、家族史
- 晤談、觀察與互動
- 評估測驗
 - 智力測驗
 - 注意力測驗
 - 其他

ADHD的病生理機制

- 前額葉皮質、尾核、胼胝體、小腦等多個腦區，體積較小
- 額葉及紋狀體區域，灌流不足
- 做注意力測驗時，大腦葡萄糖代謝較差(代表大腦活性較差)
- 神經傳導物質多巴胺、正腎上腺素分泌不足

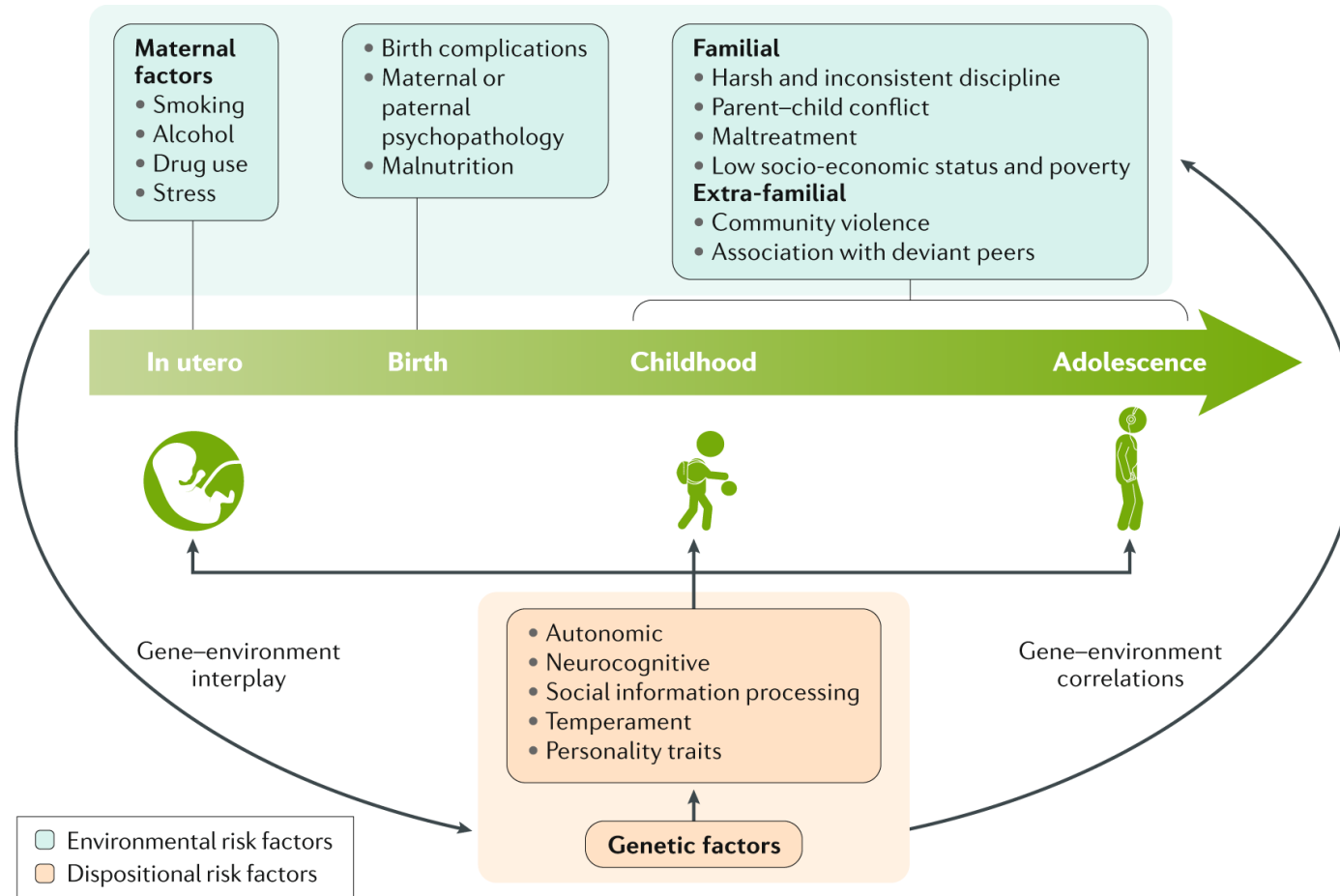
ADHD大腦皮質的延遲成熟



ADHD的成因是先天的還是後天的？

- 80%是先天性
- 20%是環境因素
 - 頭部創傷、鉛中毒、早產、出生體重過輕、腸病毒、農藥、色素、飲料、過敏、缺鐵缺鋅、電腦螢幕暴露(?)

行為規範障礙症的多重成因



ADHD的相關流行病學資料

- 盛行率 5%~12%
- 男性是女性的3~5倍
 - 某些研究認為是9倍
- 學齡前多為混合型;過動衝動症狀可能隨年齡增加而緩解
- ADHD常有許多共病
 - 對立反抗症
 - 行為規範障礙症
 - 學習障礙症
 - 自閉症類群障礙症
 - 焦慮症
 - 躁鬱症
 - 妥瑞氏症
 - 失眠
 - 成癮

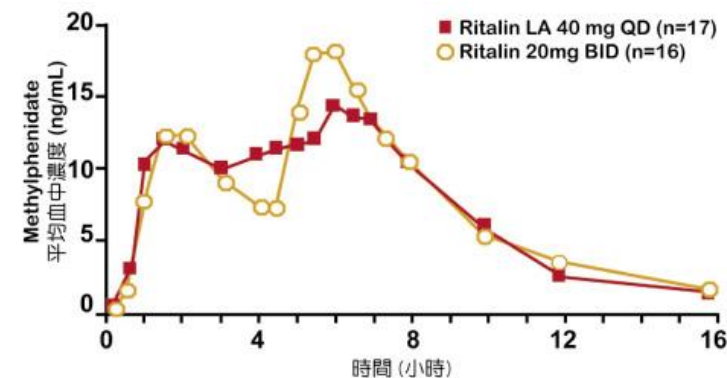
ADHD若未治療,對未來有負面的影響

失業	2倍
車禍	2倍
精神疾病	2.5倍
藥酒癮	2.5倍
自殺嘗試	2.5倍
入獄	2.5倍
暴力犯罪	3.6倍
輟學	3.7倍
頭部撞傷	4.6倍

派醋甲酯Methylphenidate

- 中樞神經興奮劑
- 多巴胺及正腎上腺素回收抑制劑
- 副作用：失眠、食慾降低

- 利他能Ritalin
- 利長能Ritalin LA
- 專思達Concerta
- 思有得Methydr



阿托莫西汀Atomoxetine

- 非中樞神經興奮劑

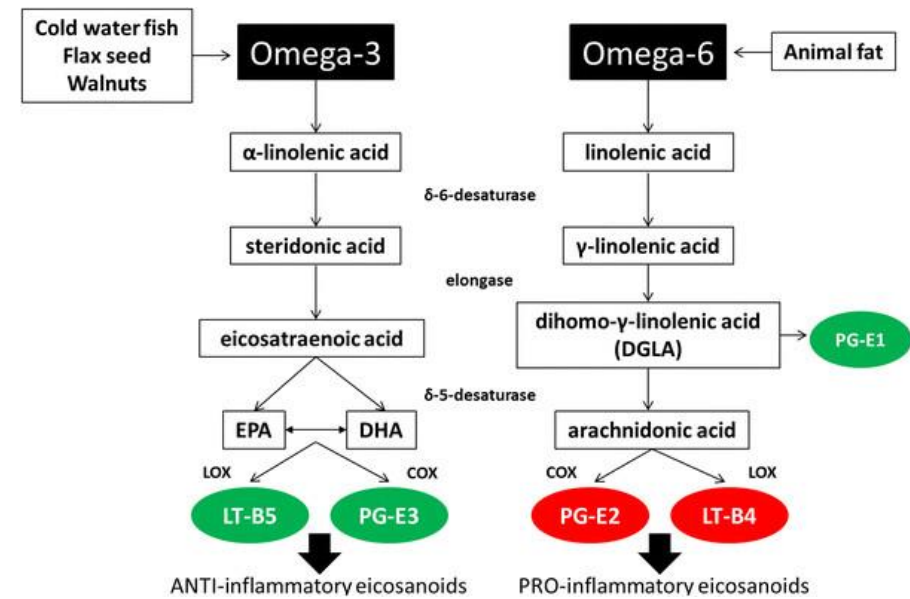
- 思銳Strattera

- 正腎上腺素回收抑制劑

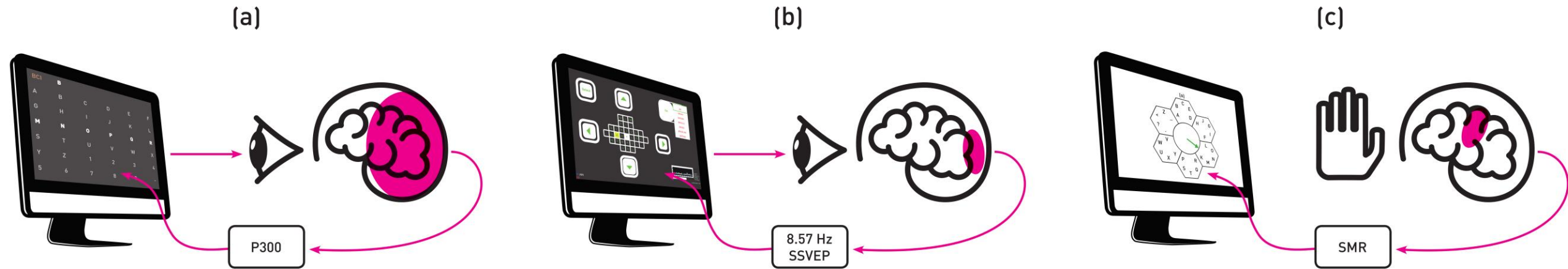
- 副作用:嗜睡

魚油(DHA, EPA)

- 人體有兩種必需脂肪酸Omega-3 跟 Omega-6 為建構大腦的主要成分;現代飲食中, Omega-3與Omega-6比例失衡。
- Omega-3 有三種類型:EPA (20碳)、DHA (22碳)與ALA(18碳),EPA與DHA是構成腦神經細胞膜與視網膜的主要成分,主要來源為海洋生物,如:魚、磷蝦、海豹與鯨魚,而ALA則是來自植物油,如:亞麻籽。
- Omega-3不飽和脂肪酸的缺乏,與兒童早產、發展遲緩、多種精神疾病(ADHD、憂鬱、躁鬱、失智)、內科疾病(心血管、癌症、肥胖、眼睛與皮膚)等有關。



腦機介面(BCI)於未來的輔助診斷與治療



行為修正與教養原則

- 接納
- 經常給予回饋
- 先獎勵、後處罰
- 具體展現時間
- 前後一致
- 正向關注
- 有效指令
- 建設性處罰
- 代幣制度
- 暫停隔離

