

『AD/HD (注意欠陥多動性障害)』について

『AD/HD』は、日本語では『注意欠陥・多動性障害』と言います。この『AD/HD』の主な特徴は、物事に集中できず忘れ物が多いといった“不注意”、落ち着きがなくじっとしてられないといった“多動性”、そして、思いついた行動を唐突にとるとか順番待ちができないといった“衝動性”この3つです。このような状況が、学校・職場や家庭でみられます。こうした特徴のいくつかは、7歳以前から見られ始め、何度注意しても改善しなかったり、周囲とのトラブルが起こりやすくなったりします。よく、「授業中に教室の中を歩き回っている子どもはAD/HDだ」なんて言う人もいますが、子どもはもともと元気に動き回るものです。ですから、教室の中を授業中に歩き回るからといって、『AD/HD』だと診断できるわけではないんですね。年齢相応の落ち着きがあるかないか、学校や会社での生活や対人関係に問題があるかないか、そしてそのことで本人や周囲が困っているかないか、ということに注意深く観察しながら、専門医が診断します。最初にお話しした特徴の現れ方にも個人差があって、不注意が特に現れるもの、不注意・多動性・衝動性ともに現れるもの、そして多動性と衝動性が現れるもの、というふうに、3つのタイプに分類されています。この『AD/HD』の原因は、脳内の情報伝達物質の作用が不足していることがあげられています。ですから、本人の性格や気質、それから保護者の育て方やしつけが悪いから起こる、というのではないということを理解しておいてください。学童期の子どもの場合、30人のクラスに1人が2人はこの『AD/HD』を持つ子がいると言われていたので、決してめずらしい障害ではないことが分かります。

『AD/HD』を抱えて生活する人は、3つの特徴の他にもいくつかそれに付随する問題を抱えることがあります。そうした問題を放置しておく、たとえば、忘れ物やテストのケアレスミスが多くなって努力が報われないとか、たびたび叱られることで劣等感を感じたりといったことから、自尊心が低くなるという心配もありますし、順番が守れず場当たりの行動しかとれないとか、怒りっぽくなって反抗的・攻撃的な行動を起こしたりといったことから、周囲とトラブルを起こしやすくなって、いじめや孤立といった状況に陥りやすくなるという心配もあります。こうした二次的な問題が発生しないようにするためにも、早期発見と早期からの対応が重要になります。

この『AD/HD』への対処法ですが、“心理社会的アプローチ”と“薬物療法”の2つを組み合わせる行うのが効果的だと言われています。“心理社会的アプローチ”というのは、対人関係能力や社会性を、周囲がサポートしながら訓練していくもので、家庭や学校、会社などの理解と連携が必要になります。“薬物療法”は、『AD/HD』で問題になる行動上の特徴をコントロールする効果のある薬を用いることによって、行動や思考・学習、人とのかかわり方などへの良い変化を促していきます。

『AD/HD』の治療の目標は、障害を持つ本人が自分の特性を理解し、状況に応じた適切な行動をとれるようになること、日常生活の中での困り度を減らしてよりよい暮らしを送ることです。この目標に向かって、『AD/HD』を持つ人を取り巻く周りの人たちができるだけ一貫した対応で、情報交換しながら見守っていくように心がけることが重要です。