

・ アトモキセチン「ニプロ」を服用される
皆様とご家族の方へ

注意欠如・多動症 (ADHD)について



監修：岩波 明 先生

(昭和大学医学部 精神医学講座 主任教授)

はじめに

注意欠如・多動症（ADHD）は発達障害の一つであり、特徴として不注意、多動性、衝動性が挙げられます。従来、発達障害といえば子どもに特有に見られる問題と考えられてきましたが、大人でも同様に見られることが判明し、この数年で発達障害は非常に一般的なものとなりました。

本冊子では、ADHD について医学的な事柄から生活上の問題まで解説しています。ADHD の方自身やご家族にとって役に立つものとなれば幸いです。

監修：岩波 明 先生

（昭和大学医学部 精神医学講座 主任教授）

目次

● 注意欠如・多動症 (ADHD) とは？	3
● 子どもの ADHD、大人の ADHD	5
● ADHD という個性	7
● アトモキシチン「ニプロ」について	
薬の作用	9
服用方法	11
注意事項	12
● 周囲の人ができること	13
● 支援機関・情報提供サイト	

注意欠如・多動症(ADHD)とは？

忘れ物が多い、落ちつきがない、突然行動してしまう、人の話を聞かず一方的に話し続ける、——注意欠如・多動症(ADHD)^{※1}とは、このような「不注意」「多動性」「衝動性」といった特性によって困難な状況が起こりうる、発達障害^{※2}の一つです。

これまで ADHD は子ども特有のものと認識されてきましたが、最近 ADHD の特性は成長とともに「見え方」を変えて継続することが明らかになってきました。ADHD を持つ割合については様々な報告がありますが、子どもの約 5%、大人の約 2.5%ともいわれています。^{※3}

.....
^{※1} 注意欠如・多動症 (ADHD : Attention-Deficit / Hyperactivity Disorder) は「注意欠如・多動性障害」または「注意欠陥・多動性障害」とも呼ばれます。

^{※2} 米国精神医学会の診断基準では、「発達障害」は「神経発達症群」または「神経発達障害群」と総称されています。

^{※3} DSM-5 精神疾患の診断・統計マニュアル 医学書院 (2014)

ADHD の特性の「見え方」

子ども



不注意

- 忘れ物が多い
- ぼーっとしている など



集団の中では目立たず、
見過ごされがち



多動性・衝動性

- 歩き回る、走り回る
- 思ったらすぐ動く など



集団生活で問題になるので、
指導を受けやすい

大人

不注意

- 集中力がない
- スケジュールを段取りよく効率的に進められない
- 片付けられず、物をなくすことが多い など



仕事でミスをくり返すなど、
社会生活に支障を来す

多動性・衝動性

- 一方的に話す
- 落ち着きがなくソワソワする
- たびたび衝動買いをする
- 運転で事故を起こす など



成長に伴ってある程度改善するが、
じっとするのは苦手で、
問題行動を起こしやすい

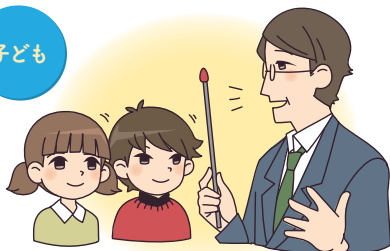
子どもの ADHD、大人の ADHD

子どもの ADHD と大人の ADHD は、特性によるさまざまな困難に対処しなければならないところは共通していますが、その社会的状況の違いから、受けるプレッシャーの大きさが異なります。

大人の場合、仕事で「よく忘れ物をする」「周囲とやりとりして調整するのが苦手」といった ADHD の特性がマイナスに働きがちです。そのため、ミスを厳しく指摘されて評価が下がったり、信頼を失ったりするケースがあります。特に最近は効率が重視され、きついスケジュールや仕事量が求められる傾向にあるので、いっそう厳しい状況といえるでしょう。

子どもから大人へ

子ども



動き回る、忘れ物が多いなどのミスやトラブルがあっても、家族や友達、先生のフォローで乗り切れることが多い



人の話を聞かない、言ってはいけないことを思わず言うってしまう特性により、思春期以降対人トラブルが増加する



大人

仕事では・・・

得意・不得意の差が大きく、事務的な業務が特に苦手



家庭では・・・

日々の家事を段取りよく進めるのが苦手



「ほかの人にできることがなぜ自分にはできないのか」と思い悩み、他者からの評価が下がるだけでなく、自分に失望することが多くなる。

ADHD という個性

ADHD の方にとって困難な側面が多い現代社会ですが、見方を変えると ADHD の特性は非常に魅力的で、長所にもなります。

適材適所とよくいわれますが、ADHD の特性が活かせる仕事や状況であれば、素晴らしい力を発揮することができます。何より大切なのは、本人も周囲も ADHD を正しく理解し、個性として認めて受け入れることです。

ADHD の特性は個性であり、長所になる



- 考えがまとまらない
➡ アイデアが豊富に出てくる
- 集中できない
➡ 新しいものに対する感度が高く、好奇心旺盛



- 落ち着きがない
➡ フットワークが軽い
- 突然行動する
➡ 行動力・瞬発力・
チャレンジ精神がある



- 気が変わりやすい
➡ 切り替えが早く根に持たない
さっぱりしている

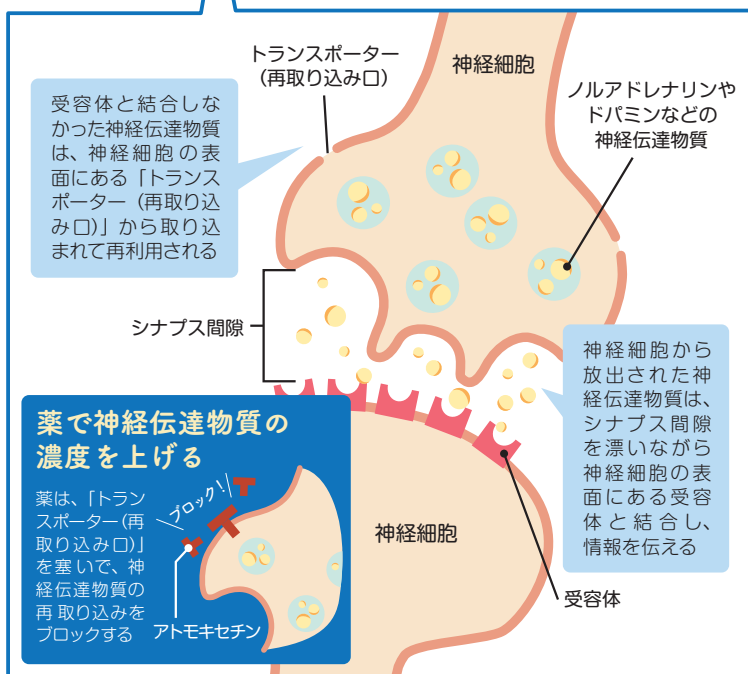
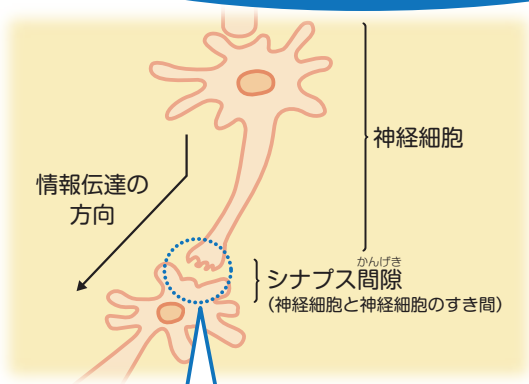
アトモキセチン「ニプロ」について

薬の作用

脳の働きを左右するのは、神経細胞の情報伝達です。情報は、神経細胞から放出された「神経伝達物質」がシナプス間^{かん}隙^{げき}を漂い、別の神経細胞の「受容体」に結合することで伝わります。ADHDでは、神経伝達物質のうちドパミンとノルアドレナリンがうまく機能していないと考えられています。

アトモキセチン「ニプロ」は、神経伝達物質の再取り込みをブロックすることでスムーズな情報伝達を促し、ADHDの特性である不注意、多動性、衝動性のコントロールに有効であるといわれています。

神経細胞の情報伝達と薬の作用



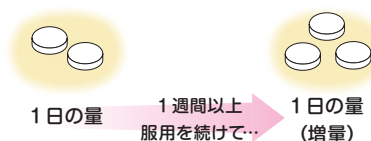
アトモксеチン「ニプロ」について

服用方法

アトモксеチンの服用は、ごく少量から始め、1～2 カ月かけて少しずつ量を増やしていくのが一般的です。

薬の量は少しずつ増やしていく

効果が実感できるように
なるのに時間がかかるの
で、あせらず服用を続け
ましょう。



指示された服用方法は必ず守りましょう。

注意事項

アトモキシチンは、特に飲み始めの時期に消化器症状（吐き気や食欲減退など）が強く出やすいとされています。ただし、飲み続けるうちに治まってくるものがほとんどです。

主な副作用



● 吐き気



● 食欲が
なくなる



● 口の渇き

**体調の変化に注意し、
気になることは主治医に相談しましょう。**

周囲の人ができること

ADHD の本人だけでなく、家族や周囲の方々にとっても、ADHD の特性を正しく知ることは非常に重要なことです。

「なんでそんなこともできないの」、「またそんなことしたの」といった言葉は、たとえ非難するつもりはなくても、本人には大きなプレッシャーとなってしまうことがあります。

周囲が ADHD の特性を理解して接し方を変えることで、ADHD の方自身の負担が減って気持ちが安定したり、治療に積極的になったりと相乗効果をもたらします。

周囲の協力



ADHD の特性や対処について、共通して正しい認識をもつ



責めることは、本人にストレスを与えるだけで
マイナス効果であることを理解する



本人の努力に寄り添い、
魅力や長所に目を向ける



家族の中で本人が孤立していたり、
特定の家族に負担がかかったりしていないか、
バランスを見直す

支援機関・情報提供サイト（2018年11月現在）

- NPO 法人えじそんくらぶ
<https://www.e-club.jp/>
- 軽度発達障害フォーラム
<http://www.mdd-forum.net/>
- 一般社団法人 日本発達障害ネットワーク JDDnet
<https://jddnet.jp/>
- 発達障害教育推進センター
http://icedd_new.nise.go.jp/
- 発達障害情報・支援センター
<http://www.rehab.go.jp/ddis/>

医療機関名