

「腦汁」不敷使用，陷入窘境求診才發現為 ADHD！

成人注意力不足過動症恐高達 4 至 6%，大多無病識感！

奇美醫學中心精神醫學部成人精神科主任 黃隆正博士



奇美醫學中心院長邱仲慶(中)率精神醫學部部長林健禾(左)、成人精神科主任黃隆正博士共同慶祝成人 ADHD 特別門診十週年暨新書發表會

案例：『24 歲的 S 小姐是一位年輕的工程師，因為在無塵室工作時，不小心把上百萬的光罩弄破了！主管了解事情原委後，知道粗心大意、不專心是 S 小姐從小的困擾，便要她好好地就醫，處理問題。』

回溯 S 小姐小時候的狀況發現，她自小學起就時常忘東忘西，讀書效率不佳，成績表現中等。家人都說她很聰明，但散漫不積極，做事三分鐘熱度。大學雖然沒考上理想學校，但也好不容易考取了人人稱羨的一流高科技半導體公司，卻沒想到這個陳年的注意力問題終究還是影響著她。在主管的敦促下，S 小姐先到一般精神科診所求診，醫師開

立「利他能(Ritalin)」讓她回家服用。但仍因不放心，改至奇美醫學中心精神醫學部成人精神科主任黃隆正博士門診求診。

黃主任詳細問診及檢查後，S 小姐確診為「成人 ADHD(注意力不足過動症)」。由於她服用「利他能」會產生腸胃副作用，於是黃主任改開立長效型的「專思達(Concerta)」治療。此外，也提供她一些非藥物處理方法及相關閱讀資料。之後 S 小姐回診及服藥斷斷續續，雖然服用藥物對她的專注力有改善，但仍希望可以不靠藥物，且對自己感到挫折及沒自信，做什麼事都提不起勁…

經黃主任鼓勵並安排團體心理治療，S 小姐的狀況逐漸改善，也開始重拾小提琴的興趣。經過半年的治療，S 小姐很開心地說明：「我現在比較可以按照計畫去做事，效率也變好了！」後來，也真的順利考取研究所，完成了心願。』

奇美醫學中心精神醫學部成人精神科主任黃隆正博士說明：急性子、講話快，常打斷別人說話；想法流於天馬行空，無法逐夢踏實；常忘記約定的事，時間管理不佳；容易分心，很難長時間專注一件事；做事容易丟三落四，房間跟環境總是一團亂，上述這些都是成人罹患注意力不足過動症(以下簡稱 ADHD)的常見症狀。



奇美醫學中心院長邱仲慶記者會前上台致詞

醫學上目前已經很清楚 ADHD 是一種常見的神經發展性疾病，意即病人從小時候甚或在母體時，大腦神經系統的發展便有一些狀況，導致長大成人後有相當高的罹病率和功能障礙。其特徵是在 12 歲以前即出現相關的行為症狀，包括專注時間短、容易分心、沒耐心及衝動、躁動不安等，且發生在兩種或兩種以上的場域(如：學校、家庭、社會或工作環境等)。



多數人認為小孩才會有 ADHD，甚至以為長大後症狀就會改善，事實發現，六成的病人症狀會持續到成年，且以注意力不足為主。臺灣 ADHD 權威醫師，同時也是奇美醫學中心精神醫學部成人精神科主任黃隆正博士表示：在成人 ADHD 特別門診裡，有許多個案都是小時候就有症狀，家長卻不曾帶去接受評估治療。





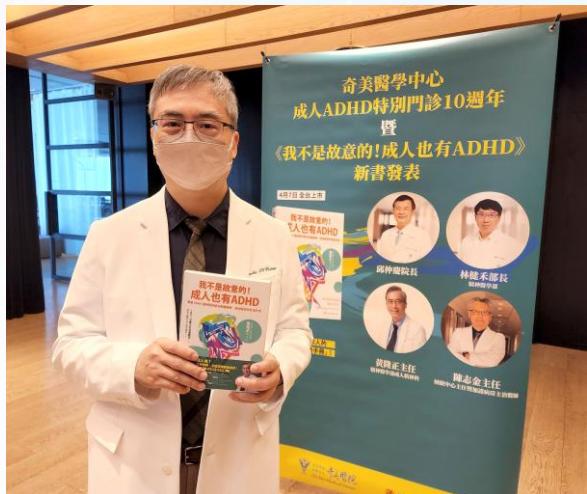
奇美醫學中心院長邱仲慶(中)率精神醫學部部長林健禾(左)、成人精神科主任黃隆正博士共同慶祝成人 ADHD 特別門診十週年暨新書發表會。

這些之前一直沒被發現的「隱藏病人」，可能因為成績不錯、大家比較不認識 ADHD，或是沒有明顯過動症狀而被忽略潛在的問題，加上幼年時有家長、老師從旁協助，尚可讓這些個案孩子能按部就班不至於混亂，但等個案進入成人期，必須承擔各種角色與責任，還要面對生活中達成的各種任務，需要付出的心力就會讓他們感到「腦汁」不夠用，ADHD 的注意力及執行功能不足的窘境就會顯現出來。據估計，約有高達 4 至 6% 的成人可能有成人 ADHD 的診斷，然而有被發現的卻占極少數。

正因了解需求，奇美醫學中心精神醫學部成人精神科主任黃隆正博士早於 2012 年即開始於奇美醫學中心率先開辦國內成人 ADHD 特別門診，結合詳細問診、量表評估、身體檢查及神經心理衡鑑工具等等，提供專業的評估及治療，迄今已累計超過 2,000 名個案受惠，且有不少個案遠從外縣市前來求診。

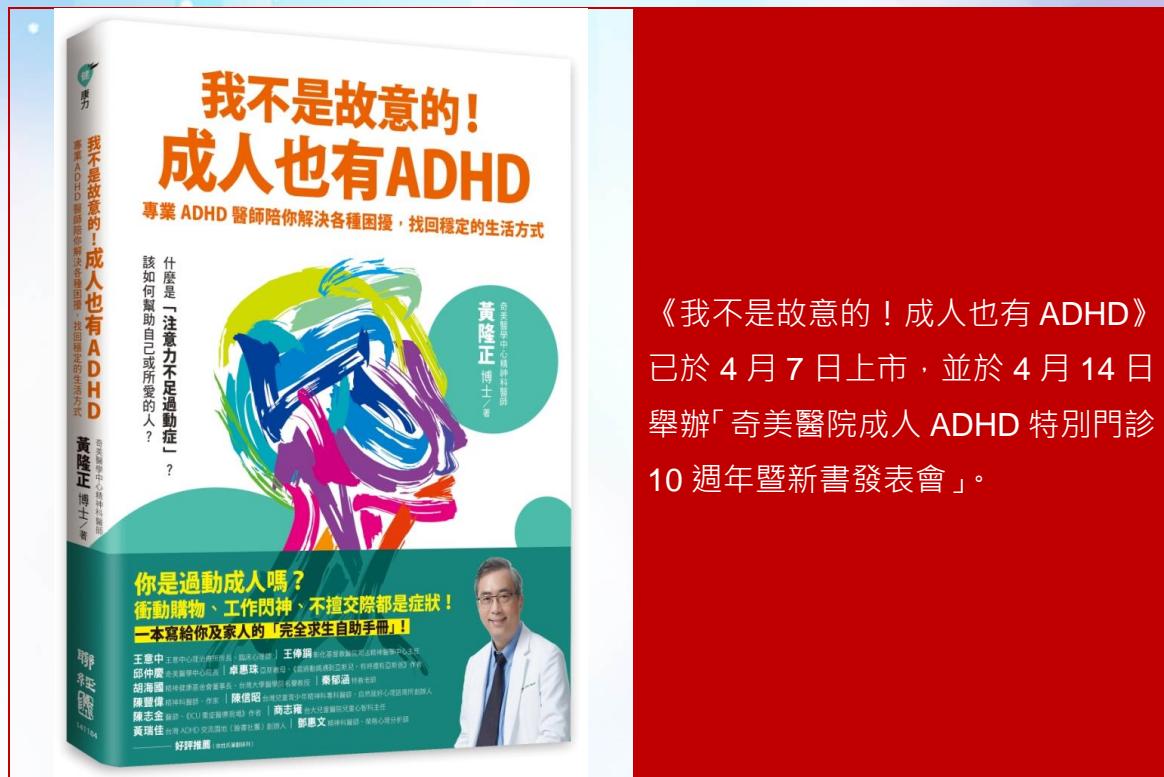
除了臨床診斷治療以外，奇美醫學中心精神醫學部成人精神科主任黃隆正博士也對成人 ADHD 相關議題進行廣泛的研究，發現臺灣這幾年來雖然 ADHD 的診斷率有逐漸上

升的趨勢(由 2000 年的 0.52/10000 到 2011 年的 1.04/10000)，然而數字還是遠小於社區估計的盛行率及發生率；尤其在成人和女性的族群，診斷率低下的情況更為明顯。有趣的是，兒童 ADHD 的就診大多是男孩，但成年的就診比率則是女性似乎有凌駕男性的趨勢。這些研究成果都已經陸續發表在國際期刊，如《精神科研究》(Psychiatry Research)、《公共科學圖書館：綜合》(PLOS ONE)等。

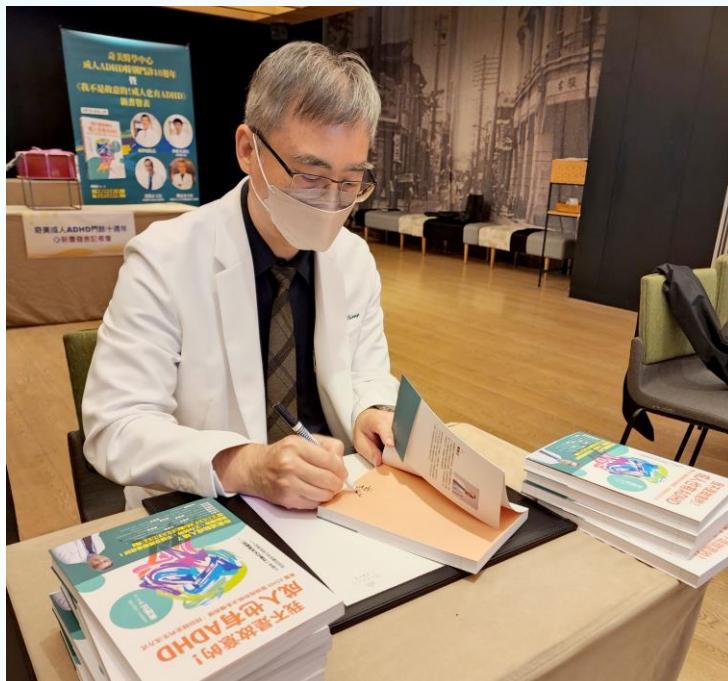


黃隆正博士表示：體認到社會大眾對於成人 ADHD 的認識仍然不足，將其多年累積的臨床、研究、教學經驗結合整理起來撰寫這本書。

奇美醫學中心精神醫學部成人精神科主任黃隆正博士表示：體認到社會大眾對於成人 ADHD 的認識仍然不足，許多病人及關心他們的家人、朋友也苦於缺乏完整、實用的醫療訊息，促使黃隆正博士動筆撰寫這本書《我不是故意的！成人也有 ADHD》，將其多年累積的臨床、研究、教學經驗結合整理起來，教導社會大眾如何確認自己可能是「成人 ADHD」病人？ADHD 需要多少治療時間？「長期服藥」會不會成癮？如果家人是 ADHD 病人，該如何幫助他？……等等臨床上常見的問題，一次提供完整的正確解答，讓病人與其家人能透過此書解決各種長期的困擾，找回穩定的生活方式。期待可以透過這本書，讓不了解成人 ADHD 的社會大眾可以有正確的了解，不再誤解這群病人；更重要的是，可以讓本書成為陪伴病人的「完全求生自助手冊」，讓他們幫助自己解決困擾許久的人生難題，早日找回生活的秩序，通往幸福的下一站。



《我不是故意的！成人也有 ADHD》已於 4 月 7 日上市，並於 4 月 14 日舉辦「奇美醫院成人 ADHD 特別門診 10 週年暨新書發表會」。



奇美醫學中心精神醫學部成人精神醫學科主任黃隆正博士著作《我不是故意的！成人也有 ADHD》一書，期待可以透過這本書，讓不了解成人 ADHD 的社會大眾可以有正確的了解，不再誤解這群病人。



奇美醫學中心院長邱仲慶記者會前接受媒體專訪



精神醫學部成人精神醫學科主任黃隆正博士記者
會前接受媒體專訪。



精神醫學部成人精神醫學科主任黃隆正博士
記者會後接受媒體專訪。

奇美醫療財團法人奇美醫院精神醫學部

成人精神科主任 黃隆正

【專長】

社會精神醫學、藥物濫用&成癮精神醫學、心身醫學&心理治療、職業精神醫學、神經認知科學&社會認知科、成人 ADHD 等。

【門診時間】

星期	一	二	三	四	五	六
上午					●(樹林 院區)	
下午	●					
晚上			●			