

注意缺陷 / 多动障碍

1. 定义

注意缺陷 / 多动障碍 (attention deficit and hyperactivity disorder, ADHD) 是儿童期常见的一类心理障碍, 表现为持续的与年龄不符的注意力不集中及多动、冲动, 常伴有学习困难、适应不良和品行障碍。

2. 核心症状

(1) 注意缺陷: 注意分散, 学习或游戏时很难保持注意集中, 做事不留心, 不愿意听别人指令, 很难把事情做完, 做事条理性差, 容易被干扰, 对单一枯燥的活动易失去兴趣。

(2) 多动: 坐不住, 爱动, 不停地说话, 活动障碍, 主要在要求克制运动的情境中发生 (不该说话, 他忍不住说话)。

(3) 冲动: 经常打断别人说话, 干涉别人的行为, 难以控制自己的行为。

3. 诊断标准

由于 ADHD 缺乏具有鉴别意义的病因学及病理学改变, 主要靠特殊行为症状来确诊, 给诊断的一致性带来困难。目前, 国际较为通用的诊断标准有世界卫生组织的《国际疾病分类》(International Classification of Diseases, ICD, 目前已是第 11 版, 即 ICD-11) 和美国精神医学学会的《精神障碍诊断与统计手册》(The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, DSM, 目前已是第 5 版, 即 DSM-5)。其中, DSM-5 提出从以下两方面来诊断 ADHD。

(1) 注意障碍: 6 项 (或更多) 的下列症状持续至少 6 个月, 且达到了与发育水平不相符的程度, 并直接负性地影响了社会和学业 / 职业活动:

注: 这些症状不仅仅是对立行为、违拗、敌意的表现, 或不能理解任务或指令。年龄较大 (17 岁及以上) 的青少年和成人, 至少需要下列症状中的 5 项。

a. 经常不能密切关注细节或在作业、工作或其他活动中犯粗心大意的错误 (例如, 忽视或遗漏细节, 工作不精确)。

b. 在任务或游戏活动中经常难以维持注意力 (例如, 在听课、对话或长时间的阅读中难以维持注意力)。

c. 当别人对其直接讲话时, 经常看起来没有在听 (例如, 即使没有任何明显干扰的情况下, 也显得心不在焉)。

d. 经常不遵循指示以致无法完成作业、家务或工作中的职责 (例如, 可以开始任务但很快就失去注意力, 容易分神)。

e. 经常难以组织任务和活动 (例如, 难以管理有条理的任务; 难以把材料和物品

放得整整齐齐；凌乱、工作没头绪；不良的时间管理；不能遵守截止日期）。

f. 经常回避、厌恶或不情愿从事那些需要精神上持续努力的任务（例如，学校作业或家庭作业；对于年龄较大的青少年和成人，则为准备报告、完成表格或阅读冗长的文章）。

g. 经常丢失任务或活动所需的物品（例如，学习资料、铅笔、书、工具、钱包、钥匙、文件、眼镜、手机等）。

h. 经常容易被外界的刺激分神（对于年龄较大的青少年和成人，可能包括不相关的想法）。

i. 经常在日常活动中忘记事情（例如，做家务、外出办事；对于年龄较大的青少年和成人，则为回电话、付账单、约会）。

（2）多动和冲动：6项（或更多）的下列症状持续至少6个月，且达到了与发育水平不相符的程度，并直接负性地影响了社会和学业/职业活动。

注：这些症状不仅仅是对立行为、违拗、敌意的表现，或不能理解任务或指令。年龄较大（17岁及以上）的青少年和成人，至少需要符合下列症状中的5项。

a. 经常手脚动个不停或在座位上扭动。

b. 当被期待坐在座位上时却经常离座（例如，离开他/她所在的教室、办公室或其他工作场所，或是在其他情况下需要保持原地的位置）。

c. 经常在不适当的场合跑来跑去或爬上爬下（注：对于青少年或成人，可以仅限于感到坐立不安）。

d. 经常无法安静地玩耍或从事休闲活动。

e. 经常“忙个不停”，好像“被发动机驱动着”（例如，在餐厅、会议中无法长时间保持不动或觉得不舒服；可能被他人感受为坐立不安或难以跟上）。

f. 经常讲话过多。

g. 经常在提问还没有讲完之前就把答案脱口而出（例如，接别人的话；不能等待交谈的顺序）。

h. 经常难以等待轮到他/她（例如，当排队等待时）。

i. 经常打断或侵扰他人（例如，插入别人的对话、游戏或活动；没有询问或未经允许就开始使用他人的东西；对于青少年和成人，可能是侵扰或接管他人正在做的事情）。

（资料来源：美国精神医学学会．精神障碍诊断与统计手册 [M]．张道龙，等译．5版．北京：北京大学出版社，2014：25-28.）