

《狂野時速》or 專注力不足？

看完極具官能刺激的《狂野時速 7》，除了血脈沸騰外，想起了最近來求診的 F 先生。他並非賽車手，不過時常超速駕駛、也試過幾次交通意外（最近一次差不多 total loss！）。由於上班路途遙遠，從家裏開車至工作地點至少一小時。F 坐在駕駛椅上，每次都自覺坐立不安，不時的分心地看看手機、經常轉換電台；他不會放過任何有「扒頭」或切線的機會，儘管時間充裕，他的駕駛態度卻有如脫韁野馬！這種異常衝動、容易分心、爭分奪秒的心態不僅在道路上發生。其實，在他工作、生活，及人際關係上都有負面的影響，令他非常懊惱。原來問題追溯到兒時，父母常常稱他為「大頭蝦」、「冇記性」，小學成績表的評語是「常常離開座位」、「忘記交功課」，中學班主任斥責他「發白日夢」、「不專心」，畢業後初出茅廬的他，每份工都幹沒半年就轉公司，上司責罵他「冇交帶」、「拖字闕」，女朋友不滿他「三分鐘熱度」、「不細心」。因為最近的交通意外和職場上的不如意，他情緒低落及失眠，到來求診。原來，F 先生患了專注力不足及過度活躍症(ADHD)。兒時已初露此症的端倪，只是沒有被確診。成年才發現時，其核心癥狀「過度活躍」通常都不會明顯，反而臨床最顯見的是「專注力失調」，如做事經常忽略細節、欠缺條理、容易分心、因忘記而爽約，和「自制能力弱」，如難以控制情緒、不善管理壓力、容易衝動：打斷人家話題、沒耐性排隊，開車衝燈等。成年人 ADHD 患病率約 5%（兒童 ADHD 約 8%，差不多 65% 的兒童患者，其症狀會持續至成人階段）。若不及早處理，高達 75% 的患者會產生「共病」如焦慮、抑鬱、睡眠失調和酗酒濫藥。回說 F 先生，經過心理教育、藥物治療和認知行為訓練後，上司給予他工作表現進步的加許。另外，他已沒有「狂野時速」，女朋友及家人都安心跟他「游車河」。

香港精神科醫學院

精神科專科醫生 李厚道

原文刊載於 Yahoo 專欄 <http://hk.news.yahoo.com/blogs/psyhk/>