

こんな症状はありませんか？

大人になっても仕事でミスが多いなどの理由から「もしかして自分はADHDなんじゃないか・・・」と思った方はこちらでチェックしてみましょう。

## 成人期のADHDの診断チェックリスト

(DSM-IV-TRにもとづく)

こどものころ(主に7歳以前)及び現在(成人期)の症状をチェックしてください。

	こどものころ	現在
1 学業、仕事、またはその他の活動において、しばしば綿密に注意することができない、または不注意な過ちをおかす	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2 課題または遊びの活動で注意を持続することがしばしば困難である	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3 直接話しかけられた時にしばしば聞いていないように見える	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4 しばしば指示に従えず、学業、用事、または職場での義務をやり遂げることができない(反抗的な行動または指示を理解できないためではなく)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5 課題や活動を順序立てることがしばしば困難である	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6 (学業や宿題のような)精神的努力の持続を要する課題に従事することをしばしば避ける、嫌う、またはいやいや行う	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7 (たとえばおもちゃ、学校の宿題、鉛筆、本、道具など)課題や活動に必要なものをしばしばなくす	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8 しばしば外からの刺激によって容易に注意をそらされる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9 しばしば毎日の活動を忘れてしまう	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10 しばしば手足をそわそわと動かし、またはいすの上でもじもじする	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
11 しばしば教室や、その他、座っていることを要求される状況で席を離れる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
12 しばしば、不適切な状況で、余計に走り回ったり高いところへ上がったたりする(青年または成人では落ち着かない感じの自覚のみに限られるかもしれない)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
13 しばしば静かに遊んだり余暇活動につくことができない	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
14 しばしば“じっとしていない”またはまるで“エンジンで動かされるように”行動する	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
15 しばしばしゃべりすぎる	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
16 しばしば質問が終わる前に出し抜けて答えてしまう	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
17 しばしば順番を待つことが困難である	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
18 しばしば他人を妨害し、邪魔する(例えば会話やゲームに干渉する)	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

☆チェックリストをご記入いただいた結果、こどものころ又は現在のいずれか一方でも10項目以上該当した場合はADHDと診断される可能性がありますので、気になられる方は当院へご相談ください。

森林公園メンタルクリニック(TEL.0493-56-4775)