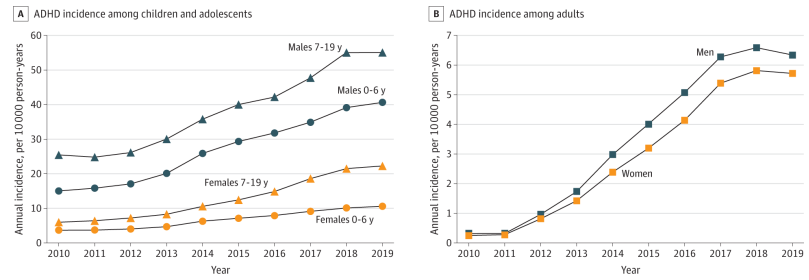


## 女性のADHD

### 急増した女性のADHD

大人のADHD（注意欠如・多動症）が増えています。男女比は子どもの4対1から大人の1対1まで変わります。女性は男性より早期診断されないことを指し示しています。



ADHDの発生率 (Sasayama et al. 2022)

### 注意とは

注意は生存を危うくしないための原初の名ごりです。注意はすぐに移り変わります。この移り変わりは、ふと我に返り、自分が何をしているのか、周囲の状況がどうなっているのか気づかせてくれます。移り変わりが少なければ、ぼんやりして、うわのそらになり、多ければ、気が散り、目についたものに飛びつき、向こう見ずになります。

### 氏か育ちか (nature or nurture)

ADHDの子どもは人なつこく、よくもわるくも自然の動物のようです。天衣無縫にも見えます。それが、いつもじっとしていない、言うことをきかない、忘れものが多いと、くり返し叱責され、やる気をなくし、反抗的な態度も助長されてきます。虐待やトラウマを受けやすく、自然の子どもらしさは影を潜めてしまいます。

### おとなしい女性のADHD

ADHDの女兒は、こころここにあらずになりますが、男児ほどには授業のじまになりません。大人になって家を出た後に苦勞が始まります。屈託なく振る舞っていたのが、独りよがりのように思え、言動がぎこちなくなったり、引きこもったりします。片付けられない、忘れっぽい、なかなか手がつかない、詰めが甘い、髪の毛を抜くなど、多くの困りごとが出てきます。その結果、引け目をもち、人目を気にし、人の何倍ものエネルギーを費やして、人から普通に見られるように振る舞っています。

### 不自然死とフィロバティズム

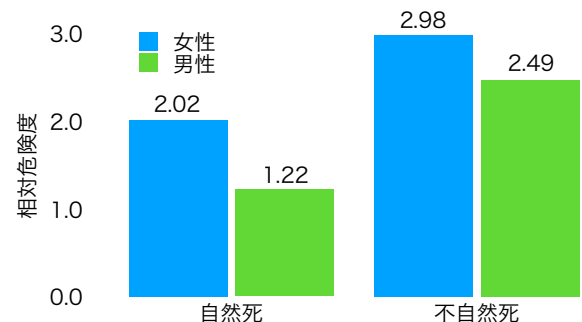
ADHDの女性が若くして死亡するリスクが、ADHDのない女性より3倍高く、主な死因はけがや中毒など不自然死との報告があります。女性のADHDが子どもの頃に診断されず見過ごされているからと思われる。フィロバティズムとはアクロバットを嗜好する意味の言葉です。ある安全な地点を自ら離れ、危険にさらされた後に再び戻ってくる、この楽しみも原初のものであることがうかがえます。自立につながることはありますが、不自然死の要因になっているかもしれません。

### 感情調整不全 (emotional dysregulation)

ADHDには、女性に特異的とは言えないものの、感情調整不全と呼ばれる気分の浮き沈みが存在します。興味のある仕事に集中し、周囲の期待に応えますが、その後は情熱がなくなってしまいます。感覚が過敏で、人の言動で感情が大きく振れることもあります。予防には、自分に合った仕事、自分を高く評価してくれる人の存在が必要です。

### ノマドワーカー

ノマドとは遊牧民のこと、気の置けない、縛られないかわりを好みます。自分の流儀でやりたがり、人からの助言を傾聴しているように見えて、まったく取り入れていないことが判明します。それでも、優れた感覚、独創性、好奇心、熱意、決断力、忠誠心など、ADHDの強みを活かして飛躍しています。



ADHDの死亡 (Catalá-López et al. 2022)

(2024/4/17)