

## 成人專注力失調及過度活躍症患者 福利支援政策的建議書

### 介紹香港成人專注力協會

香港成人專注力協會(以下簡稱為協會)是一個註冊的非牟利慈善機構,致力於提高公眾對專注力失調及過度活躍症的認識和理解。該組織為受此疾病影響的個人和家庭提供全面支援,並促進平等機會。透過教育、研究、培訓和協作活動,香港成人專注力協會旨在為所有人打造更美好的未來。

### 前言

自2013年起,第5版的美國精神病學協會,精神疾病診斷與統計手冊明確增加了青少年及成人的專注力失調及過度活躍症(下稱ADHD)症狀標準後,成人ADHD問題在香港日益受到關注。

根據研究,約65%<sup>1</sup>的專注力失調及過度活躍症患者會持續出現症狀到成年期,成人ADHD的症狀與童年期有所不同,且常常與其他疾病的症狀相似,如抑鬱或焦慮<sup>2</sup>等,這增加了診斷的複雜性。此外,社會對精神健康問題的污名化也可能是成人ADHD常常未經治療的原因。

## 8 大香港成人ADHD現況

### 1. ADHD 隱藏患者數量龐大

香港的ADHD患病率在不同年齡層中都有明顯的存在。具體來說,根據港大醫學院在2018年的一項研究,兒童和青少年的ADHD患病率高達6.4%<sup>3</sup>,而成人患病率則為2.5%<sup>3</sup>。若以2022年的香港人口數據推算,香港的ADHD患者可能多達21萬<sup>4</sup>,其中兒童和青少年(以5-19歲計算)有逾5萬人,成人(20歲或以上)則有157,000人。

然而,根據醫管局最新數字,2022/23年度,只有21,300名<sup>5</sup>ADHD患者到公立醫院精神科求診,當中有17,500為兒童和青少年患者(5-17歲),約3,800為18歲或以上成人患者,與按人口推算的ADHD患者數目呈現巨大落差。未有接受治療的患者可能在日常生活中面對各種困難,但卻沒有得到適當的支援和治療。

### 2. 社會對ADHD的淺薄認識

在香港,社會大眾對ADHD的認識仍然停留在表面。許多人持有一些誤導的觀念,例如認為ADHD僅僅是兒童時期的行為問題,而非一種可能伴隨人到成年的疾病。這種誤解可能源於對該疾病的知識不足或是受到一些刻板印象的影響。因此,當患者長大後仍然表現出相關的症狀時,他們可能會在工作場所或日常生活中遭遇到不必要的歧視或誤解。這不僅影響了患者的心理健康和社交互動,也可能妨礙他們在職場上的發展和晉升。

### 3. 醫療支援的明顯短缺與不足

在香港,公共醫療體系下的精神健康服務面臨著嚴重的壓力,尤其是對於ADHD患者。首次預約的等待時間經常過長,這對於需要及時治療的患者來說,可能會導致病情惡化或其他相關的心理健康問題<sup>2</sup>。而私人醫療服務雖然可以提供更快速的醫療支援,但其高昂的費用使得許多家庭難以承受。

瑪麗醫院作為香港提供相關治療的主要醫療機構之一,其成人ADHD部門的資訊不透明和很難獲得。現實情況是,除非經過相關單位的轉介,否則一般患者在瑪麗醫院的官方網站上很難找到這部分的資訊。這不僅增加了患者尋求幫助的困難,也可能導致他們錯過了最佳的治療時機。

#### **4. 成人ADHD資源短缺**

ADHD在社會上普遍被認為是兒童特有的疾病，這種觀念可能導致對成人ADHD的關注和資源投入不足。由於大部分的研究、宣傳和治療資源都集中在兒童患者上，成人ADHD患者往往面臨著資訊匱乏和專業支援不足的問題。

這種情況可能使得許多成人ADHD患者在尋求幫助時遭遇困難，他們可能難以找到專業的醫生或治療中心，或者在接受治療時發現治療方法和策略不夠適合成人<sup>6</sup>。此外，由於社會對成人ADHD的認識不足，這些患者在日常生活和工作中可能還會遭遇到誤解和歧視。

#### **5. 患者權益認知的不足性**

許多患者對於ADHD的相關權益並不充分了解。他們可能不知道ADHD是受到《殘疾歧視條例》的保護，因此在面對相關的問題時，可能會缺乏適當的應對策略。例如，他們可能不知道自己擁有權申請《殘疾人士登記證》。此外，當他們遭遇到不公平的待遇時，也可能不知道可以向平機會進行申訴，尋求正義和保障自己的權益。這種權益認知的不足，可能會使得患者在面對困難時，感到更加無助和迷茫。

#### **6. 對成人ADHD的專業培訓不足**

在醫療和心理健康領域中，對成人ADHD的專業培訓和知識普及仍然存在明顯的不足。許多醫生和心理健康專家在受訓時可能沒有接觸到足夠的成人ADHD相關課程，導致他們在實際工作中缺乏對此疾病的深入了解。更糟糕的是，一些從業員甚至還停留在過時的觀念中，誤認為ADHD只是兒童特有的問題，而忽略了成人同樣有可能受到這一疾病的困擾。

此外，與國際間的專業交流和持續進修機會也相對有限，使得本地的醫療專家難以及時獲得ADHD最新的研究成果和治療方法。這不僅可能影響到診斷的準確性，還可能導致治療策略不夠先進和有效。

#### **7. 成人ADHD患者的支援服務缺口**

香港雖然為殘疾人士提供了一系列的支援服務，但這些服務在設計和推出時，往往未能充分考慮到成人ADHD患者的特殊需求。成人ADHD患者面對的困難和挑戰可能與其他殘疾人士有所不同，因此他們需要的支援和幫助也應該有所區別。

目前，專門針對成人ADHD患者的支援服務在香港仍然相對缺乏。這不僅包括醫療和治療方面的支援，還涉及到日常生活、工作和社交等多個方面。

#### **8. 未能充分發揮ADHD患者的人才職場潛力**

社會對ADHD的誤解和刻板印象仍然存在，其中最為普遍的就是將ADHD與低智商劃上等號。然而，事實上許多ADHD患者的智商完全在正常範圍內，甚至有不少人的智商遠超過平均水平。這些患者在學業和專業技能上都有出色的表現，但由於缺乏適當的治療和支援，他們在職場上經常遭遇困難，如難以找到合適的工作或經常面臨失業的威脅<sup>7</sup>。

在當前社會，人才是最寶貴的資源，而我們卻因為對ADHD的誤解和偏見，而未能充分發揮這部分人才的潛力。這不僅是對這些患者的不公，也是對香港社會的巨大損失。

## 8 大建議

### 1. 加強醫療體系的支援

- 瑪麗醫院和其他醫療機構應該在其官方網站上，提供更加詳細和透明的ADHD相關資訊。
- 參考美國及加拿大，儘快落實開放給更多經培訓的家庭醫生協助治療ADHD患者，以減低輪候時間及治療費用。
- 縮短公營醫療系統的輪候時間，確保患者能夠及時得到適切的治療和支援。
- 增加免費或低成本的ADHD篩查活動。

### 2. 提高香港社會對ADHD的認識及減少隱藏患者

- 加強公眾宣傳，透過學校、職場和媒體進行教育宣傳，鼓勵患者及家屬主動尋求醫療幫助。
- 每年舉辦 ADHD 關注周提高公眾及業界認知。
- 參考“Shall We Talk”計劃模式，透過教育、研究、培訓和協作活動，長遠提高公眾對ADHD的認識和理解。

### 3. 加強香港的ADHD資源及專業培訓

- 增加專門針對成人ADHD的治療和輔導中心。
- 建立一個更加有效的轉介系統，使得家庭醫生或其他醫療專家可以更容易地將患者轉介到專門的ADHD診所或部門。
- 跟新加坡國立大學的成人ADHD專科部門合作，引入客觀的確診ADHD 最新技術及治療經驗。
- 在醫學院和心理學系增加成人ADHD的課程和培訓。
- 鼓勵醫生和相關專家參加國際研討會，以便獲得最新的研究和治療方法。
- 引入ADHD 教練（ADHD coaching）專業崗位及資格。

### 4. 提高香港ADHD患者的權益認知

- 舉辦工作坊和講座，教育患者和家屬關於他們的法定權益。
- 建立一個專門的網站或資訊平台，提供相關的法律和政策資訊。

### 5. 填補香港成人ADHD的支援服務缺口

- 建立專門針對成人ADHD患者的支援小組和網絡。
- 提供專業的職業輔導和培訓，幫助患者更好地融入職場。
- 對於選擇私人醫療服務但負擔不起的家庭，政府提供經濟援助或補助。

### 6. 充分利用香港ADHD患者的潛在人才

- 與企業合作，提供專門為ADHD患者設計的實習和工作機會。
- 鼓勵企業提供更加友善的工作環境，如靈活的工作時間和專注的工作空間。

## **7. 建立患者支援組織**

- 參考加拿大、歐盟及英國的 ADHD單位的經驗，鼓勵建立ADHD患者的支援組織或自助團體。

## **8. 資助ADHD研究和數據收集**

- 進行更多的研究，收集有關成人ADHD的數據，除了有關兒童及家庭的研究外，有關成人ADHD 跟情緒及職場關係的研究亦十分重要。

## **結論：**

香港成人專注力協會作為一個致力於提高公眾對專注力失調及過度活躍症認識的非牟利慈善機構，指出香港在成人專注力失調及過度活躍症（ADHD）的問題上存在多方面的挑戰。

從大量的隱藏患者、社會的淺薄認識、醫療支援的短缺，到患者權益認知的不足，這些問題都亟需解決。為此，協會提出了八大建議，包括加強公眾宣傳、提高專業培訓、資助相關研究等，旨在為ADHD患者提供更全面的支援，確保他們能夠在社會上得到平等的機會和尊重，並充分發揮其潛在的人才和能力。

香港成人專注力協會  
2023年 8 月 21 日

### References:

1. Agnew-Blais JC, Polanczyk GV, Danese A, Wertz J, Moffitt TE, Arseneault L. Evaluation of the Persistence, Remission, and Emergence of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder in Young Adulthood. *JAMA Psychiatry*. 2016 Jul 1;73(7):713-20. doi: 10.1001/jamapsychiatry.2016.0465. PMID: 27192174; PMCID: PMC5475268.
2. Friedman SR, Rapport LJ, Lumley M, Tzelepis A, VanVoorhis A, Stettner L, et al. Aspects of social and emotional competence in adult attention-deficit/hyperactivity disorder. *Neuropsychology*. 2003;17(1):50-8. University of Hong Kong. (2023, March 29). HKU researchers develop new method to detect early-stage Alzheimer's disease [Press release]. Retrieved from <https://www.hku.hk/press/press-releases/detail/18423.html>
3. Hong Kong Monthly Digest of Statistics - Population. Census and Statistics Department. Available at [https://www.censtatd.gov.hk/en/web\\_table.html?id=110-01001](https://www.censtatd.gov.hk/en/web_table.html?id=110-01001) [Accessed 30 Mar. 2023].
4. Legislative Council, Special Finance Committee. (2023). Secretary for Health, Administration's replies to Members' initial written questions (Reply serial no. HHB 090).
5. Stephen V. Faraone et al. The World Federation of ADHD International Consensus Statement: 208 Evidence-based conclusions about the disorder. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews* Volume 128, September 2021, Pages 789-818
6. Culppepper L, Mattingly G. Challenges in identifying and managing attention-deficit/hyperactivity disorder in adults in the primary care setting: a review of the literature. *Prim Care Companion J Clin Psychiatry*. 2010;12(6):PCC.10r00951. doi: 10.4088/PCC.10r00951pur. PMID: 21494335; PMCID: PMC3067998.