



دانشگاه علوم بهزیستی و توانبخشی

بیمارستان توانبخشی رفیده

اختلال بیش‌فعالی و کمبود توجه (ADHD) در کودکان



تهیه و تنظیم:
کلینیک اعصاب و روان

همچنین این گروه‌ها می‌توانند انجمن‌هایی برای یادگیری بیشتر در مورد این اختلال و جدیدترین روش‌های درمان تشکیل دهند و از این طریق به افراد کمک کنند. این گروه‌ها برای افراد بزرگسال مبتلا به ADHD و والدین کودکان مبتلا می‌تواند مفید باشد.

پیشگیری:

تشخیص زود هنگام و به موقع و همچنین طراحی برنامه‌ای دقیق برای درمان و آموزش می‌تواند کمک بزرگی به کنترل اختلالات در کودکان و بزرگسالان مبتلا به این بیماری باشد.



نشانی: قیطریه، کوچه برادران سلیمانی، کوچه نعمتی

بیمارستان توانبخشی رفیده.

تلفن: ۲۲۶۷۸۵۱۹-۲۲۲۰۵۳۲۶

تارنما: www.rofeideh.uswr.ac.ir

اصلاح رفتار: اصلاح رفتار شامل استراتژی‌هایی برای حمایت از رفتارهای درست و کاهش اشکالات رفتاری کودک می‌باشد.

روان درمانی (مشاوره): مشاوره می‌تواند راه‌های بهتری را برای در اختیار گرفتن کنترل احساسات و سرخوردگی‌ها به کودکان و بزرگسالان مبتلا به بیش‌فعالی، کمبود توجه ارائه دهد. همچنین می‌تواند به بهبود اعتماد به نفس آنها کمک کند. مشاوره می‌تواند به اعضای خانواده برای درک بهتر بزرگسالان و کودکان مبتلا به این اختلال نیز کمک کند.

آموزش مهارت‌های اجتماعی: می‌تواند در یادگیری مهارت‌های جدید مانند نوبت گرفتن و به اشتراک گذاشتن لوازم بازی و ... به کودک کمک کند. همچنین در مقابل وضعیت‌هایی که در اجتماع رخ می‌دهند واکنش‌های بهتری از خود نشان دهد.

گروه‌های حمایتی: این گروه‌ها از مجموعه‌ای از افرادی با موقعیت‌ها و مشکلات مشابه تشکیل شده است. این گروه‌ها می‌توانند با پذیرفتن و حمایت کردن، به افراد مبتلا کمک کنند.

اختلال بیش فعالی-کمبود توجه چیست؟

اختلال بیش فعالی، کمبود توجه یک بیماری شایع در دوران کودکی و نوجوانیست که در برخی موارد می تواند تا بزرگسالی نیز ادامه پیدا کند. طبق تخمین موسسه ی ملی سلامت روان ۳٪ تا ۵٪ از کودکان به اختلال بیش فعالی، کمبود توجه مبتلا هستند. هر چند برخی از کارشناسان معتقدند که بیماری بیش فعالی، کمبود توجه ممکن است در ۸٪ تا ۱۰٪ از کودکانی که در سنین مدرسه هستند اتفاق بیافتد.

مسئله ای که کارشناسان را به خود مشغول کرده این است که اختلال بیش فعالی، کمبود توجه بعد از بزرگ شدن کودکان نیز با آنها می ماند. این بدان معناست که این اختلال در سنین بزرگسالی از آنچه تصور میشد شایعتر است.

کودکان مبتلا به اختلالات رفتاری ، چالش های فراوانی را برای والدینشان بوجود می آورند. این کودکان رفتارهایی از خود نشان می دهند که تأثیری منفی بر اطرافیانشان (والدین، دوستان، معلمین) می گذارد و واکنش های ناخوشایند این افراد در پاسخ به رفتار آنها نیز متقابلاً به خودشان بازمی گردد.

انواع اختلال بیش فعالی-کمبود توجه

- ۱- نوع غالباً کمبود توجه
- ۲- نوع غالباً بیش فعال- تکانشگر
- ۳- نوع مرکب

علائم:

علائم به طور کل شامل این موارد است: این کودکان به راحتی پریشان می شوند، از دستورالعمل ها پیروی نمی کنند و وظایفشان را به طور کامل انجام نمی دهند، به نظر می آید که به کسی که برایشان حرف میزند توجهی ندارند و به حرفهایش گوش نمی دهند، توجهی نمی کنند و اشتباهاتی را از سر بی دقتی انجام می دهند، در مورد فعالیت های روزمره فراموشکار هستند، در زمینه ی سازماندهی وظایف روزانه مشکلاتی دارند، فعالیت هایی را که نیاز به نشستن و یا تلاش های مداوم دارد را دوست ندارند و یا از انجام آن سر باز می زنند، اغلب لوازم، مخصوصاً لوازم شخصیشان را گم می کنند. وقتی که نشسته اند، معمولاً روی صندلی پیچ و تاب می خورند و بی قرارند، نمی توانند به انتظار بنشینند، با بازی کردن بی سروصدا مشکل دارند. همیشه در حال حرکت هستند، بیش از حد معمول حرف می زنند در انتظار کشیدن برای رسیدن نوبت به خودشان مشکل دارند، قبل از آنکه سوال پرسیده شده از او کامل شود پاسخ می دهد، اغلب وسط حرف دیگران می پرند.

درمان:

روش درمان این بیماری می تواند روان درمانی و یا دارویی به تنهایی و یا ترکیبی از اقدامات دارویی با اقدامات روان درمانی باشد.

درمان دارویی ADHD براساس داروهای محرک عصبی و غیر محرک استوار است. از جمله داروهای محرک داروی ریتالین و دگزامتامین است. داروهای غیرمحرک مانند آتوموکستین و داروهای MAOIs می باشند.

درمان های غیردارویی این بیماری عبارتند از کاردرمانی، گفتار درمانی و درمان شناختی رفتاری، خانواده درمانی، مداخله در مدرسه، آموزش مهارت های اجتماعی ، آموزش مدیریت والدین و نوروفیدبک است.

در ادامه به چند مورد اشاره می کنیم:

آموزش های (تحصیلی) ویژه: آموزش های تحصیلی ویژه آموزش هایی است که ساختار آن بر رفع نیاز های آموزشی منحصر به فرد کودک استوار است. کودکان در این سیستم از محیط های ساخت یافته تر و فعال بر مبنای روال ها و روتین های بیشتر بهره مند می شوند.