



過動兒

Attention deficit hyperactivity disorder, ADHD

一、什麼是過動兒：

過動兒是注意力缺損過動症的俗稱，主要的臨床問題有注意力不集中、活動量過多及行為衝動。他們可能單純只有注意力無法集中或活動量大的情形，也可能注意力的問題和好動及衝動性都有。一般兒童在某些情境下也或多或少會出現無法專心或動個不停的情形，只有在這些情況持續出現時，我們才考慮孩子可能有此疾病。

二、原因：

- (一)大腦功能的失調：有嚴重的腦部傷害〈如：車禍、產前或產時的傷害...〉的小孩子，後來成為過動兒的機會較高。
- (二)環境因素：在一個爭吵家庭中出生成長的小孩、家裡父母不和諧或管教態度不一致的孩子，變成過動兒的機會較高。
- (三)遺傳的因素：過動兒的生父母有疾病的機率比養父母來得高。其生父母較常出現的有幾個問題：
 - 1.反社會人格違常：社會道德價值系統和一般較不一樣。
 - 2.父母是酗酒者。
 - 3.媽媽常是歇斯底里者：因遺傳使大腦部份的功能有缺陷而變成過動兒。
 - 4.特殊體質：有少數的孩子對某些食物的成份或食品添加物特別敏感，而他的敏感表現在行為上，也可能會有過動兒的特徵。

三、症狀：

- (一)活動量大：過動兒童僅活動量大，且在質的方面是沒有明顯目標的盲動。
- (二)注意力不足：過動兒童在注意力的深度與廣度上有明顯的缺陷。
- (三)激動和衝動性明顯：他的情起伏改變很大常想到什麼就做什麼。

以上三個條件是缺一不可，過動兒還可能會出現以下數種現象：

- 1.這些孩子中大多數都會出現一些行為、情緒及管教上的問題。
- 2.他們絕大多數智能正常但是在學習上卻有困難。
- 3.會出現一些不協調的神經學現象現。例如：兩眼不協調或手腳亂動。

四、臨床處置：

【續後頁】

- (一)藥物治療：吃藥可短期奏效，如果需要用藥物控制，家長要與醫師配合，用藥的劑量與反應是要不斷地觀察，才能找出最適合的份量。
- (二)行為學習（模仿）：教師與家長要經常示範良好的行為，讓孩子模仿與觀察，在指導說話速度要緩慢而有信心，並且儘量避免體罰。
- (三)認知學習：讓孩子多聽多看，增加他的知識以及概念形成，除幫助學習外，也可透過對事物事理的認知，來增強孩子的自信心。
- (四)操作學習（獎賞）：教師與家長可以透過對行為效果的操作，來增加他一些應該有的行為。不管什麼方法，最重要要有愛心，父母幫助他就必需堅持，不要半途而廢，教師的矯治計劃，也才不會變成偏差的計劃。

五、飲食：

- (一)均衡飲食，適量攝取高蛋白（魚、肉、豆、蛋、奶）、高維生素（綠色蔬菜及水果），易消化的清淡飲食，並採少量多餐。
- (二)減少刺激食物，例如可樂、汽水、巧克力...等。

六、居家照顧：

- (一)要有正確的了解：這個孩子不是故意和我們作對他只是控制能力較差。
 - 1.日常生活方面應規律化、溝通的方式要越簡單明瞭。
 - 2.要求不要太高太多，管教的執行需要徹底且態度要一致。
- (二)成長過程中由於具有注意力衝動學習及協調等問題，他們和正常孩子的成長有以下明顯的不同
 - 1.在校接受教育的年限較短，他們在校內跟不上別人，尤其是要憑成績進入高中會產生困難。
 - 2.工作時被開除或主動更換工作及工作時受傷的比例較高。所以在教育行為、人格成長、就業成家及家庭生活上都受到影響，故實際上需繼續不斷地協助。

參考資料

- 李宜倫、宋素卿、溫玉仁(2014)．應用社會學習理論於注意力缺陷過動症個案之護理經驗．*精神衛生護理雜誌*，9(1)，41-49。
- 陳彥光、田莒昌（2014）．注意力不足過動症中西醫病因病機探討．*北台灣中醫醫學雜誌*，6(1)，1-16。
- 劉昱志(2013)．認識過動症．*諮商與輔導*，326，16-19。