

# 什麼是過動兒？

過動症的全名為『注意力不足過動症』(Attention-deficit hyperactivity disorder；簡稱 ADHD)，是兒童最常見的神經行為異常。各國統計的盛行率差異很大，最新的研究報告顯示約為 2% 到 11%，男性比女性常見，男比女約為 2：1 至 4：1。可能成因目前尚無定論，包括：遺傳傾向、產程缺氧、大腦細微功能欠佳，以致在神經傳導物質的數量與運作上有所缺陷，特別是在大腦前額部份。

到底什麼樣的症狀稱為「過動症」？「過動症」包含了三大特徵：活動度過高、注意力差、衝動控制差。要確定孩子是否為「過動兒」必須經由專業醫師診斷，其認定標準有一定的嚴謹度及客觀性；同時，更非所有過動兒都具有上述三種特徵。

## 治療方式

過動兒的治療是場極需時間和耐力的馬拉松，除了定期就醫、按時服藥外，還需家庭、學校和其它方法同時搭配，否則很難收到效果。由於每個孩子的情況皆不盡相同，因此在治療上所採用的方法，亦會根據個案的需求而作調整。一般使用的方法大體如下：

**【心理治療】**過動兒在團體中的表現經常不如人意，以致會有自信心低落、人際關係挫敗、得不到成就感等困擾，嚴重者甚至還會產生自暴自棄的傾向。心理輔導在整體治療上，算是相當重要的一環。本項治療是由專業醫師或心理師透過定期約談來進行，可分個別治療及團體治療。

**【藥物治療】**處於學齡中的過動兒，若其症狀已嚴重妨礙到課堂秩序、學習狀況、人格發展與人際互動時，醫師通常會建議配合藥物治療來尋求改善。治療過動兒的藥品都是中樞神經興奮劑，其中利他能(Ritalin)與專司達(Concerta)是目前使用最廣的藥物，據臨床統計約對 75% 的過動兒有效。

**【行為矯正】**主要是在導正過動兒偏差的行為，其關鍵在家長及老師是否有系統、有共識、態度一致且合作無間。當行為矯正有進步後，可逐步擴大對孩子的要求到家庭及學校以外的公共場所。行為矯正若能定期評估改善程度，適時修改方法和對策，將會有不錯的成效。

**【教育輔導】**對易受環境干擾而分心的過動兒，選擇班級少、每班人數亦少的學校是較為恰當的。老師能有較充裕的時間及心力去關注孩子；對孩子的學習狀況和減少人際磨擦等皆有助益。父母最好能在家替孩子預習、複習功課，若無法親自教導，可考慮聘請家教幫忙，以彌補孩子在校因不專心、動作慢或學習障礙造成之課業落後。(一對一的教學方式效果最好，安親班的集體課輔導並不適合過動兒。)

**【統合運動】**過動兒因腦部傳導物質失衡，常伴有前庭、觸覺、肌肉關節動覺平衡、動作協調的功能性障礙，容易產生分心、煩躁與過動的情形。部份醫師會建議家長讓孩子做些感覺統合運動，但需視孩子是否真的有感覺統合障礙，此部份可以請職能治療師做評估。

(資料來源：風動草 ADHD 資訊網)