



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی شهرستان فسا

مرکز آموزشی درمانی بیمارستان حضرت ولی عصر (عج)

تشخیص پیش فعالی در کودکان و درمان آن

تهیه : مریم مزیدی

روانشناس بالینی

تنظیم : سوپروایزر آموزشی

رازیتا بمشئی زاده

(آموزش به بیمار)

دی ماه ۹۴

تعریف :

بیش فعالی نوعی اختلال شایع است که حدود ۸ تا ۱۰ درصد کودکان را مبتلا می کند.

این بیماری در پسران شایعتر از دختران است که هنوز دلیل اصلی آن مشخص نشده است. ویژگی های اولیه بیش فعالی از سال های اولیه رشد یعنی قبل از ورود به مدرسه شروع می شود.

بیش فعالی دارای ویژگی های بارزی است که شامل پرتحرکی، کمبود توجه و تمرکز، بروز اعمال ناگهانی و غیرقابل پیش بینی می شود. این اختلال سه نوع است؛ در گونه اول که کودک فقط در توجه و تمرکز مشکل دارد.

در نوع دوم فقط پرتحرکی دیده می شود و بالاخره نوع ترکیبی که کودک هم پرتحرک است و هم مشکل توجه و تمرکز دارد این اختلال در کودکان دبستانی و در پسرها سه تا پنج برابر شایع تر از دختران است و بیشتر در پسران اول خانواده مشاهده می شود.

معمولا اختلال از سه سالگی به بعد تشخیص داده می شود. کودکان مبتلا در دوره شیرخواری اکثرا پرتحرک هستند و دست ها و پاهای خود را زیاد حرکت می دهند؛ کم خواب، کم غذا هستند و زیاد گریه می کنند.

تشخیص پیش فعالی :

برخی از والدین با دیدن پرتحرکی فرزندان خود به بیش فعالی آنها مشکوک می شوند اما باید دانست که جنب و جوش زیاد نشانه قانع کننده ای برای این اختلال نیست. ناتوانی در تمرکز و نداشتن صبر در گوش کردن، ناتوانی در توجه به جزئیات، ناتوانی در انجام تکالیف مدرسه و سایر وظایف محوله، بی دقتی و بی نظمی، گم کردن مدام وسایل، بی قراری (معمولا نشستن آرام در یک جا برای این کودکان مشکل است) و ناتوانی در انتظار کشیدن از دیگر علائم این اختلال است.

کودکان بیش فعال احساس خطر نمی کنند و به کارهای خطرناک علاقه نشان می دهند که گاهی اطرافیان این موضوع را نشانه شجاعت کودک به حساب می آورند در صورتی که این مورد یکی از علائم بیش فعالی به شمار می آید.

دلایل بیش فعالی :

علت به وجود آمدن بیش فعالی احتمالا ترکیبی از عوامل ژنتیکی و محیطی است. احتمالاً این کودکان در بخش های مربوط به توجه و تمرکز در مغز دچار نقص جزئی هستند. از عواملی که می توانند در بروز این اختلال موثر باشند سیگار کشیدن و یا مصرف الکل در دوران بارداری توسط مادر است.

حتی استنشاق تحمیلی دود سیگار توسط مادر باردار، باعث اختلال در رفتار کودک می شود. استرس مادر هم با این موضوع ارتباط دارد. تحقیقاتی که در این زمینه انجام شده بیانگر این است که این اختلال معمولاً در خویشتاوندان نزدیک این افراد هم وجود دارد.

مسمومیت ناشی از سرب حاصل از دود اتومبیل و آلودگی هوا، غذاهای محتوی مواد افزودنی مثل شیرین کننده های مصنوعی و یا رنگ دهنده های خوراکی، مواد جلوگیری کننده از فاسد شدن غذا که در بعضی از غذاهای آماده وجود دارد، نیز در ایجاد این اختلال سهیم هستند.

در صورت بی توجهی به کودکان بیش فعال و معالجه نشدن آنها احتمال اینکه این افراد در آینده به افسردگی مبتلا شوند و یا در نوجوانی رفتارهای ضد اجتماعی و گاه بزهکارانه داشته باشند زیاد است. بنابراین به والدین توصیه می شود که حتماً در دوران کودکی برای معالجه فرزند خود اقدام کنند. این بیماری در دوران مدرسه بیشتر مشکل آفرین می شود زیرا کودک تمرکز کافی برای گوش دادن به درس ندارد و مدام برای بیرون رفتن از کلاس اجازه می خواهد. این بچه ها نمی توانند آرام روی صندلی بنشینند، معمولاً پرحرف هستند و مدام سر کلاس با دوستان خود حرف می زنند و این موضوع باعث می شود از لحاظ تحصیلی با مشکل مواجه باشند.

انواع بیش فعالی:

۱- نوع بی دقت و بدون توجه : در این نوع، فرد نمی تواند روی تکلیفی که به او می دهند و یا یک فعالیت خاص تمرکز داشته باشد. این دسته از افراد غالباً توجه زیادی به جزئیات ندارند نمی توانند یک وظیفه یا تکلیف را تمام و کمال انجام دهند.

اسباب بازی ها ، کتاب ها و وسایلشان را اغلب گم می کنند

۲- نوع تکانشی

این کودکان قبل از این که راجع به عملی فکر کنند، آن را انجام می دهند (تکانشی). کودک همیشه در حال انجام کاری می باشد. ممکن است سطح بیش فعالی با افزایش سن کاهش یابد. مشخصه کودکانی که این اختلال را با هم دارند به گونه است:

-بی قراری و ناآرامی- پر سر و صدا بازی کردن

-دویدن مداوم از سویی به سوی دیگر و یا بالا رفتن از چیزی- بیش از حد صحبت کردن

درمان بیش فعالی :

والدین باید بدانند که این افراد ذاتاً بد نیستند اما بدون مصرف دارو و رفتار درمانی نمی توانند رفتار خود را کنترل کنند.

مطالعات نشان داده است رژیم های غذایی هم می تواند برای کمک به این افراد کارساز باشد. آنها باید از زیاده روی در مصرف شکر و غذاهای حاوی آن مانند کیک، شیرینی، شکلات، بیسکویت و نوشابه های شیرین که تحریک کننده هستند خودداری کنند.