

Specialist Clinics

Supporting children with developmental and behavioural problems



Centre for Community Child Health

اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط (ADHD)

اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه (ADHD) هو مشكلة طويلة الأمد تؤدي إلى ضعف التركيز والتحكم في فرط النشاط. يمكن أن يؤثر على تعلم الطفل والتفاعلات الاجتماعية، ويمكن أن يكون له تأثير كبير على أداء الأسرة.

يُقدر أن واحدًا من كل 20 طفلًا في أستراليا مصاب باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. وهو أكثر شيوعًا عند الأولاد منه عند الفتيات.

لا ينتج اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط عن سوء الأبوة والأمومة. الأسباب الدقيقة لاضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه غير معروفة، لكنها تميل إلى الانتشار في العائلات، لذلك تلعب الجينات دورًا ما.

يمكن للطفل المصاب باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه أن يعيش حياة ناجحة من خلال الدعم الجيد في المنزل والمدرسة، وفي بعض الحالات العلاج الدوائي.

علامات وأعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه

تشمل العلامات والأعراض الرئيسية لاضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط ما يلي:

- عدم الانتباه - صعوبة في التركيز، ونسيان التعليمات، والانتقال من مهمة إلى أخرى دون إكمال.
- الاندفاع - التصرف بدون تفكير، التحدث فوق الآخرين، فقدان السيطرة على العواطف بسهولة، مما يؤدي إلى سهولة التعرض للحوادث.
- التملل المستمر والأرق.

يعاني بعض الأطفال من اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، ولكن بدون فرط النشاط. يعاني هؤلاء الأطفال من صعوبة في التركيز والانتباه، ويمكن أن يكونوا كثيري النسيان ويسهل تشتيت انتباههم. في بعض الأحيان يتم استخدام مصطلح "عدم الانتباه كنوع من ADHD" لوصف هذه الحالة.

من المهم أن نتذكر أن جميع الأطفال الصغار لديهم مدى اهتمام محدود، وأحيانًا يقومون بأشياء دون تفكير، لكن القليل منهم فقط يعانون من اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط. ومع ذلك، إذا كان طفلك يعاني من أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، والتي تسبب مشاكل لطفلك، فيجب أن يتم تقييم طفلك من أجل اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه والمشاكل ذات الصلة.

متى ترى الطبيب؟

يجب أن يتم تشخيص اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه من قبل أخصائي صحي مدرب وذو خبرة. إذا كنت قلقًا بشأن طفلك، فراجع طبيبك أو طبيب العائلة في البداية. يمكنهم ترتيب التحويل إلى طبيب أطفال أو طبيب نفساني للأطفال، والذي سيكون قادرًا على تقييم حالة طفلك.

Contact

Telephone: (03) 9345 6180

www.rch.org.au/ccch/paediatric_services

Melbourne
Children's

Excellence in
clinical care,
research and
education



Murdoch
Childrens
Research
Institute



من المهم التأكد من أن الأعراض ليست ناجمة عن شيء آخر قد يحتاج إلى علاج مختلف. لا يوجد اختبار لاضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه - يتم إجراء التقييم باستخدام مجموعة واسعة من المعلومات المقدمة من قبل كل من الأسرة ومدرسة طفلك. قد يشارك أيضًا اختصاصيو صحة آخرون، مثل اختصاصي أمراض النطق، في تقييم طفلك.

يعاني معظم الأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه أيضًا من مشاكل أخرى ذات صلة، مثل صعوبات التعلم أو مشاكل النوم أو القلق. هذه تحتاج إلى تقييمها وإدارتها جنبًا إلى جنب مع اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه.

علاج اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه

يمكنك مساعدة طفلك على علاج أعراض اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط (ADHD) باستخدام استراتيجيات التربية الإيجابية، جنبًا إلى جنب مع مجموعة من استراتيجيات المنزل والفصول الدراسية. وتشمل هذه التمسك بالروتين وبناء المهارات الاجتماعية والتخطيط لبيئة التعلم لطفلك. في بعض الأحيان قد تكون هناك حاجة أيضًا إلى تقديم المشورة لطفلك أو للعائلة. انظر ورقة الحقائق والمعلومات الخاصة بنا طرق لمساعدة الأطفال في المدرسة والمنزل مع فرط الحركة وتشتت الانتباه إذا استمرت الأعراض التي يعاني منها طفلك في التأثير بشكل كبير على حياته بعد تجربة هذه الاستراتيجيات، فقد يوصي طبيبك بالأدوية.

الأدوية المنشطة

العلاج الأكثر فعالية لأعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه هو الأدوية المنشطة (stimulants)، والتي تستخدم كالعلاج المعتاد والاساسي للأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه منذ السبعينيات. يُوصف حوالي 1 إلى 2٪ من الأطفال في أستراليا بالأدوية المنشطة.

تعمل المنشطات على أجزاء المخ المسؤولة عن التحكم في الانتباه والإثارة واليقظة. تعمل هذه الأدوية على تحسين التركيز والتحكم في الانفعالات وفرط النشاط بشكل كبير في حوالي 80 في المائة من الأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه.

أكثر المنشطات شيوعًا المستخدمة في أستراليا هما ميثيلفينيديت وديكسامفيتامين (methylphenidate and dexamphetamine). كلاهما له نفس المفعول والآثار الجانبية. يمكن أن تكون المنشطات قصيرة المفعول أو طويلة المفعول. تدوم الأشكال قصيرة المفعول عادة حوالي ثلاث إلى أربع ساعات بينما يمكن أن تدوم الأشكال طويلة المفعول ما بين ست إلى 12 ساعة.

في أستراليا، يتم تنظيم الأدوية المنشطة ولا يمكن وصفها إلا من قبل أطباء الأطفال أو الأطباء النفسيين للأطفال أو أطباء الأعصاب (والأطباء العامين في مواقف معينة).

من المحتمل أن يكون الادوية المنبهة هي الأكثر دراسة وبحثًا عن أي دواء اخر يوصف للأطفال. وهذه الادوية لا تسبب الإدمان في الجرعات المستخدمة لعلاج اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. يمكن أن يأخذها بعض الأطفال في أيام المدرسة فقط، ولا يعانون من أي آثار انسحاب في عطلات نهاية الأسبوع.

تتوفر أيضًا الأدوية غير المنشطة، على سبيل المثال، أتوموكسيتين (ستراتيرا) (atomoxetine (Strattera) وكلونيدين وجوانفاسين (إنتونيف) (clonidine and guanfacine (Intuniv). يمكن أن تكون هذه الأدوية مفيدة لبعض الأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، مثل أولئك الذين يعانون من آثار جانبية مع المنشطات.

الآثار الجانبية للأدوية المنشطة

التأثير الجانبية الأكثر شيوعًا للمنشطات هو انخفاض الشهية (خاصة لتناول طعام الغداء)، مما قد يؤثر أحيانًا على زيادة الوزن. تشمل الآثار الجانبية الأقل شيوعًا ما يلي:

- الآم في المعدة
- الصداع والدوخة
- صعوبة في النوم
- يصبح الطفل عصبيًا أو منعزلاً أو عاطفيًا للغاية.
-

أيضا يمكن ان لا يكون لبعض الأطفال أي آثار جانبية على الإطلاق. وفي حالة حدوث آثار جانبية، يمكن غالبًا إدارتها عن طريق تغيير الجرعة أو وقت إعطاء الدواء. في حالة حدوث آثار جانبية أكثر خطورة، يمكن إيقاف المنشطات على الفور دون الحاجة إلى تقليل الجرعة ببطء. لا توجد آثار انسحاب.

من الممكن أن يكون للمنشطات تأثير طفيف على نمو بعض الأطفال (الطول)، لذلك يجب مراقبة ذلك مع وزنهم.

قد يتسبب الدواء المنبه في زيادة طفيفة جدًا في معدل ضربات القلب وضغط الدم. من غير المرجح أن يسبب هذا أي مشاكل للأطفال ذوي القلوب الطبيعية. قد يحتاج طفلك إلى اختبارات قبل البدء في تناول الأدوية المنشطة إذا كان لديه اضطراب معروف في القلب أو الأوعية الدموية، أو تاريخ عائلي من مشاكل القلب

متابعة الطفل

يحتاج الأطفال الذين يتناولون الأدوية المنشطة إلى مراقبة الطبيب المعالج. يجب أن يحدث هذا بانتظام في المرحلة الأولى من العلاج، وعلى الأقل كل ستة أشهر أثناء تناول الطفل للمنشطات. على وجه الخصوص، يجب فحص الطول والوزن ومعدل ضربات القلب وضغط الدم.

زيوت السمك - ما تقوله البحوث

هناك العديد من العلاجات غير الدوائية التي قد يكون لها بعض الفوائد لبعض الأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، مثل زيت السمك. حمية الاستبعاد ليست مفيدة في العادة، ولكن التغذية الجيدة مهمة.

النقاط الرئيسية التي يجب تذكرها

- الأطفال المصابون باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه يعانون من نقص الانتباه ومدفعون وأحيانًا مفرطون في النشاط، ولكن ليس كل الأطفال الذين يعانون من هذه الأعراض يعانون من اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط.
- لا يوجد اختبار يمكنه تشخيص اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه - التقييم من قبل الطبيب أو الأخصائي النفسي يتضمن جمع المعلومات من العائلات والمدارس.
- يمكن أن تساعد استراتيجيات الأبوة والأمومة الإيجابية والدعم المدرسي والمشورة معظم الأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه.
- الأدوية المنشطة هي العلاج الأكثر فعالية لأعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه.
- يعاني معظم الأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه أيضًا من مشاكل أخرى يجب معالجتها، مثل صعوبات التعلم والقلق ومشاكل النوم.