

注意力缺失過動症 - ADHD

經復健科醫師檢視

Attention Deficit Hyperactivity Disorder

所謂注意力缺失與過動症是一種自我控制方面的發展性疾患，根據DSM-IV的診斷標準，出現下列六項且症狀時間超過六個月，七歲前開始、在兩種以上的場合出現社會、學業、適應障礙。其主要的問題表現在，注意力不集中、活動量過多、行為衝動，其臨床表現的特徵如下：

【注意力不集中】

1. 無法遵照指示，完成指示
2. 逃避、排斥須專心的工作，譬如寫功課。
3. 容易忘記每日常規活動，需大人時常提醒。
4. 別人說話時心不在焉，容易被外界刺激所吸引。
5. 容易遺失或忘了工作或遊戲所須的東西；如：玩具、鉛筆、書等。
6. 無法注意到小細節或因粗心大意使學校功課、工作或其他活動發生錯誤。

【活動量過多】

1. 無法安靜地參與遊戲及休閒活動
2. 常離開座位、跑來跑去、跳上跳下、靜不下來
3. 常處於活躍狀態，話很多，愛發出詭異的聲音
4. 無法好好地坐在椅子上，容易不停擺動手和腳，扭動身體

【行為衝動】

1. 問題尚未問完前，便搶先答題
2. 未經他人同意，擅自拿取他人物品，想做就做
3. 常中斷或干擾其他人（打斷別人的遊戲或談話）
4. 不能輪流等待（需要輪流的地方，無法耐心地等待）



林新醫院
臺中市南屯區惠中路三段36號
電話：04-2258-6688#1751



烏日林新醫院
臺中市烏日區榮和路168號
電話：04-2338-8766#1751

◆ 注意力不足過動症的治療

1. 感覺統合治療

注意力缺失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，醫師會建議家長讓孩子做感覺統合運動，如：俯臥滑行、懸吊系統、翻滾、轉圈等...感覺刺激來改善。

2. 遊戲治療

藉由遊戲的方式找出兒童的情緒行為問題，幫助兒童發現本身的問題，並透過遊戲方式表現出內心的情緒，尋獲適當的行動與對策以及發掘適當的改善技術為目的。

3. 認知行為治療

認知行為治療是矯正不良行為，建立良好的行為—亦即教導孩子自我控制的內在語言如：我有沒有在做我該做的事、有什麼好方法比現在做的更好、方法行得通嗎...等，使孩子藉此內在語言控制自己的外在行為，而我們再以獎勵或處罰（非體罰）的方式增強孩子的美好行為或減少孩子的不良行為。