



## 精神科衛教系列(11)–注意力不足過動症

### 定義

你的孩子從小就常常不專心、忘東忘西、粗心大意，或是坐不住、話多、總是耐不住性子嗎？如果有，小心他(她)可能正受到注意力不足過動症的騷擾！

罹患注意力不足過動症的孩子俗稱「過動兒」，主要的三大群核心症狀包括：注意力不足、過動以及衝動方面的障礙。注意力不足的症狀，如常常分心、健忘、弄丟東西、不能專心聽課或完成作業、不能專注於工作及活動的細節等。過動的症狀，如常常爬上爬下或跑來跑去、坐不住、多話、很難安靜玩耍、經常變換正在進行的活動或工作。衝動的症狀，如不能自我克制的搶話、插話、侵犯他人的活動、不能耐心等待、插隊等。這些症狀在七歲以前就開始出現，而且在兩個以上不同的場合都會觀察到類似的表現(如學校、家庭生活)。

注意力不足過動症的兒童，常因上述症狀，導致生活、學習及人際適應的嚴重困難，妨礙個人在社會、學業上正常的功能。此外，許多孩子也會同時合併情緒、學習困難、動作不協調或行為偏差等問題，容易發生違規、意外事故、人際關係不良或學業成就低落等現象。

### 病因

包括神經生理、遺傳、環境因素以及心理等因素。生理因素雖是造成注意力不足過動症的主要原因，但因為不了解所引起的誤解，將形成惡性循環，逐漸衝擊孩子的心理，導致退縮、喪失自信心、憂鬱情緒或向外攻擊的傾向。

### 治療

症狀輕微的注意力不足過動症，可考慮藉由行為治療技巧，建立結構性的環境，協助孩子改善因症狀干擾帶來的種種狀況。但如果已開始出現行為問題、學業成就低下或緊繃的人際關係，就必須考慮以藥物(中樞神經刺激劑)作為第一線的治療方式。藥物治療搭配行為處理技巧是目前公認有科學證據支持且顯著有效的治療方式。目不識丁的天才

諮詢專線：(03) 3613141 轉 17694  
精神科製 115.03

