

專注力不足 過度活躍症

影響兒童學習協調

專注力不足／過度活躍症（ADHD）也被稱為多動症，是常見的兒童神經發育障礙，主要表現為注意力不集中、過度活躍和頻繁的衝動行為。本港約有6.4%兒童及青年受專注力不足或過度活躍的症狀影響，在日常生活上面對學習障礙、協調障礙、對立性反抗症、抑鬱症和藥物濫用的困擾。

教育佳記者趙之齊整理



▲患有過度活躍症的孩子容易衝動和注意力不集中，或許難以理解學校或社交規則。

有研究指出，過度活躍症的成因中，遺傳因素佔七至八成，也可能與媽媽懷孕情況相關，例如媽媽懷孕時酗酒、小孩出世後體重較輕或未足月出生，有這些情況的小朋友相對患有過度活躍症機會大。除此之外，腦部傷害和環境因素也有所影響，長期處在暴力環境下、父母離異、家庭經濟等原因也可能引起孩童的過度活躍症。

對患者影響或延至成年

過度活躍症在患有腦部疾病的兒童中非常常見，對孩子的危害其實是多方面且深遠的。患有過度活躍症的孩子往往難以集中注意力，影響學習表現；並且由於容易衝動和注意力不集中，或許難以理解學校或社交規則及展現適當的行為，可能會導致常被人責罵指摘，長久會造成自信心低落，甚至焦慮、沮喪，影響身心健康。

有外國研究顯示，患過度活躍症的小朋友相比一般人會有較大機會患有抑鬱症、焦慮症等情緒病，長大後犯法或駕車造成意外的機會，相比無患過度活躍症的人士多。且過度活躍症對孩子的影響不僅僅發生在幼兒時期，根據美國國立衛生研究院（NIH）的說法，這種疾病的病情可能會超出幼兒年齡，影響青少年甚至成年階段。

除此之外，長久照顧過度活躍症的小孩也會對家長造成困擾。例如，家長可能由於小朋友的調皮而經常收到投訴，或因小朋友學業問題變相壓力很大，有些家長也會因此而出現情緒病。

愈早獲治療 成效更理想

所以，對於患有多動症的孩子，家長應及早識別、適當管理和治療。精神科專科醫生林中鍵表示，一些小朋友過度活躍症症狀明顯，3至4歲都可以見到，例如有家長指小朋友經常坐不定、跳來跳去，以及不願意睡覺，同時還很喜歡說話，情緒波動較大。已有研究亦顯示，6至8歲是多動症治療黃金期，愈早接受治療，治療的成效都會更理想。

不過，過度活躍症判斷起來並不總是那麼容易，因為在兒童身上常常會發生諸如注意力不集中等類似行為。一般認為，症狀要持續6個月以上並且影響到孩子參加適齡



的日常活動，才會被診斷為過度活躍症。所以，不確定孩子是否有過度活躍症時，最好由專門從事行為和發育的兒童心理學家或兒童精神科醫生或兒科醫生診斷，尤其是在考慮藥物治療的情況下。

在香港，如果家長懷疑學前年齡的子女有過度活躍症等發展問題，可以先帶兒童到母嬰健康院或家庭醫生處作初步診斷，以決定是否需要轉介到評估中心；若兒童已達到讀小學年齡，家長可先與學校老師商討兒童的學習等相關問題，由老師考慮安排教育心理學家為兒童作評估。若兒童確診過度活躍症，相關檢測評估中心可能會轉介個案至兒童精神科接受治療，以及安排適當的跟進及支援服務。

林中鍵醫生表示，現時治療方法主要分兩種，藥物和非藥物治療。藥物治療已用多年，有助改善專注力；非藥物治療即是透過行為治療加強他們專注力，但需要家長和學校多方面合作。一項研究顯示，本港過度活躍症藥物的兒童使用量由2001年每2500名兒童有一個使用有關藥物，上升至2015年每69名兒童有一個，升幅達36倍，反映社會對過度活躍症病症意識提升。林醫生亦建議盡早評估、求醫及輔導小朋友，否則長大後問題變複雜，治療起來就更困難。

常見症狀

小朋友一般在六歲、讀小學一年級時接受評估，常見症狀包括：

- 1 不單做功課慢，處理生活日常事情都很慢，例如刷牙洗面心不在焉
- 2 經常遊魂、目光呆滯、發白日夢
- 3 反應慢，例如明顯叫他，他卻像聽不到
- 4 難以服從指令，例如老師叫孩子落堂收拾書包，桌上東西總是混亂，孩子收拾得很慢
- 5 坐不定、經常離開座位
- 6 經常搖桌子、玩文具
- 7 容易心急衝動，控制能力差，例如老師請學生舉手答問題，學童還未知道題目重點，便在位置大聲說出答案

資料來源：
精神科專科醫生林中鍵