

## 孩子是過動兒怎麼辦？醫：理解疾病、及早治療

基隆長庚醫院精神科 蔡伯鑫 醫師

小偉平時在班上就是個好動的小男孩，近期更因上課時總是坐不住、容易分心、或是和同學起衝突，讓老師及家長都十分煩惱。就醫後被診斷出患有注意力不足過動症（簡稱：ADHD）。初聽到這個消息時，家長既心疼又傷心，但因發現得早，並立即開始配合醫師治療，狀況逐漸獲得改善。基隆長庚醫院精神科蔡伯鑫醫師表示，家長如果懷疑孩子在家裡或是學校的表現有像ADHD，應儘早帶孩子就醫接受完整評估；若等到孩子出現更多情緒行為問題後再治療，恐會錯過治療黃金期。此外，醫師也提醒家長，應學著理解孩子及疾病本身，明白ADHD對孩子的身心困擾，才是對孩子最好的治療方式。

### ADHD會自己好？醫：機率不高

「不要擔心，ADHD孩子長大就會自己好？」蔡伯鑫醫師解釋，一般來說孩子長大後，過動及注意力不足的情況的確會慢慢減輕，但超過一半仍舊會受殘餘症狀所困擾。家長一旦發現孩子有注意力不足及過動的情況，如：孩子上課總忍不住愛講話、很沒耐心、作業花很長時間也寫不完、忘東忘西、或無法在同一件事情持續專注力等現象，就會建議進一步尋求專業檢測，瞭解孩子罹患ADHD的可能性，否則當孩子面對愈來愈多學習或是人際互動上的挫折，才求助醫師治療，往往得花費加倍的心力才能協助孩子克服困難。

### 幫助孩子治療病症 家長應先建立藥物治療的正確觀念

對於ADHD的治療，蔡伯鑫醫師表示，最重要的還是去「理解」孩子，也就是說，要以孩子為中心去設想，他的生活是否因為ADHD的影響，變得沒辦法過出他自己想要的樣子。當孩子的ADHD症狀嚴重到影響學業、他人，甚至是自身的心理狀態時，藥物所能帶來的幫忙就應該被認真考慮。只是一般家長對於藥物治療普遍還是存在許多疑慮，像是診間時常聽到孩子吃藥可能會長不高、會上癮等問題。對此，蔡醫師澄清，兒童用藥會比一般成人用藥更加謹慎，許多研究也證實藥物副作用大多是輕微、暫時的，長期來看不致於影響孩子發育，甚至反而會減少藥物上癮的問題，呼籲家長應建立藥物治療的正確認知。

### 家長與孩子應學著與ADHD和平共處

蔡醫師表示，就整體大環境的氛圍而言，目前台灣家長及老師比起過去，對ADHD這個疾病有更多了解，但同時也出現另一種聲音，開始質疑ADHD是不是被過度診斷、過度用藥，讓孩子被「貼標籤」，而這些往往會讓家長猶豫要不要那麼早帶孩子到醫院求助。蔡醫師強調，所謂及早「治療」應該要廣義來看，並不是只有吃藥才是治療，其實很重要的關鍵是經由專業的評估，來幫助家長及孩子提早「理解」病情，也讓孩子學習為自己的困難「負責」，從心理層面輔佐改善病情，才是對孩子最好的治療方式。