

اختلال نارسایی توجه یا بیش‌فعالی

به چه کودکی بیش‌فعال می‌گویند؟

به حالتی اطلاق می‌شود که کودک به نحو افراطی و بیش از اندازه فعال و پر جنب و جوش باشد و این تحرکات زیاد اطرافیان وی را دچار مشکل می‌کند. تقریباً بین 3 تا 5 درصد از کودکان مبتلا به این اختلال می‌باشند. البته این اختلال به عنوان ناتوانی در یادگیری محسوب نمی‌شود بلکه به نوعی بی‌توجهی و حواس‌پرتی در یادگیری محسوب می‌شود.

کودک بیش‌فعال چه علائمی دارد؟

علائم بیش‌فعالی باید قبل از 7 سالگی ظاهر شود

- 1- به خود می‌پیچیدند، نا آرام و بی‌قرارند.
- 2- نمی‌توانند سر جایشان بنشینند.
- 3- خیلی زود و به راحتی به هم می‌ریزند و ناراحت می‌شوند.
- 4- تحمل نوبت و انتظار را ندارند.
- 5- در حرف زدن و پاسخ دادن عجول و هول هستند.
- 6- قواعد و دستور العمل‌ها را نمی‌توانند به درستی دنبال کنند.
- 7- در تمرکز و توجه مشکل اساسی دارند و نمی‌توانند تمرکز کنند.
- 8- از کاری به کار دیگر می‌پرند قبل از اینکه کار قبلی را تمام کنند.
- 9- آرام نمی‌توانند بازی کنند.
- 10- خیلی سریع (تند تند) و زیاد حرف می‌زنند.
- 11- حرف دیگران را قطع می‌کنند و وسط حرف آنان می‌پرند.
- 12- شنونده خوبی نیستند.
- 13- وسایل مورد نیاز خود را گم می‌کنند.

چه ملاک‌هایی برای تشخیص نهایی بیش‌فعالی مطرح است؟

- 1- زمان: این اختلال می‌بایست بیش از شش ماه استمرار داشته باشد.
- 2- تعداد: این اختلال را نمی‌توان با یک یا دو مورد از علائم گفته شد تشخیص داد حتماً می‌بایست زمان استمرار و تعداد نشانه‌ها در نظر گرفته شود.
- 3- مراجعه به روان‌شناس یا روان‌پزشک: در صورت دیدن ملاک‌های بالا می‌بایست با متخصص مربوطه مشورت کرد تا کودک مورد معاینه قرار گیرد و تشخیص صحیح و نهایی برای این اختلال داده شود و در صورت نیاز به دارو درمانی زیر نظر پزشک این کار انجام گیرد (نه خود سرانه و با توصیه افراد عادی).

چه راهکارهای درمانی برای اختلال نارسایی توجه / بیش‌فعالی وجود دارد؟

به طور کلی درمان‌های اصلی اختلال نارسایی توجه / بیش‌فعالی را می‌توان در چهار دسته‌ی کلی قرار داد. دارو درمانی از جمله رایج‌ترین درمان‌های این اختلال است. دسته‌ی دوم درمان‌ها شامل رفتاردرمانی می‌شود. سومین روش درمان‌های شناختی - رفتاری است. در چهارمین گروه درمان‌ها می‌توان از روش‌هایی مانند تنش‌زدایی، طب سوزنی، رژیم درمانی، آموزش والدین، ماساژ درمانی و استفاده از تکنولوژی‌های جدید مانند نوروفیدبک، نام برد.