

شرح بیماری :

اختلال کم توجهی - بیش فعالی عبارت است از یک نوع رفتار خاص در کودکان که این کودکان تنها می توانند برای مدت کوتاهی روی یک موضوع خاص تمرکز کنند. این کودکان گاهی حرکات و رفتار کنترل نشده ای را به طور ناگهانی از خود بروز می دهند.

علائم شایع :

- کودک روی صندلی مرتب می جنبد و دستها و پاهای خود را تکان می دهد.
- وقتی به کودک گفته می شود که بنشیند، فقط به مدت کوتاهی روی صندلی بند می شود.
- حواس کودک به راحتی پرت می شود.
- قبل از مطرح شدن کامل سؤال کودک پاسخ را می دهد.
- در رعایت نوبت و بازی در صف مشکل دارد.
- در اجرای دستورالعملها مشکل دارد.
- قادر به تمرکز روی یک کار یا بازی مشخص نیست.

- مراتب از یک کار تمام نشده منصرف شده به کار دیگری می پردازد.

- در انجام بازی بدون ایجاد سروصدا مشکل دارد.

- زیاد حرف می زند.

- وسط حرف یا کار دیگران می پرد

- به نظر می رسد که اصلاً گوش نمی دهد

- وسایل مورد نیاز برای انجام کارها را گم می کند.

- اغلب کارهای خطرناک انجام می دهد بدون در نظر گرفتن عواقب ناگوار آنها

علل :

ناشناخته است ، تصور بر این است که منشاء آن بیولوژیک باشد سابقه اختلال خانوادگی در ایجاد بیماری بی تأثیر نیست هیچ روش خاصی برای پیشگیری ندارد.

عواقب مورد انتظار :

در بعضی از موارد، رفتار غیرطبیعی کودک، به هنگام بلوغ کاملاً بر طرف می شود. در بعضی دیگر بیش فعالی با افزایش سن کاهش می یابد، اما

تعدادی از این کودکان نهایتاً به نوجوانان و بزرگسالانی مشکل دار تبدیل می شوند.

عوارض احتمالی :

امکان دارد مشکلات کودک در طی زمان برطرف نشوند. نهایتاً کودک وقتی بزرگ شود ممکن است در تحصیل موفق نباشند یا اینکه رفتار ضد اجتماعی و گاهی جنایی از خود بروز دهد. ممکن است در بزرگسالی دچار اختلال شخصیت شود.

درمان :

- درمان و مشاوره کودک و والدین
- رفتار درمانی و شناخت درمانی کودک خود در این درمانها نقش مهمی را به عهده دارد. اساس این روشهای درمانی بر راهبردهای تغییر رفتار نامطلوب استوار است.
- در خانه یک محیط مناسب و محدودیتهای کاملاً مشخص برای رفتار کودک در نظر بگیرید.

اختلال کم توجهی

بیش فعالی

**Attention deficit
hyperactivity disorder**

تهیه کننده :

بی بی عصمت ارمی - پرستار اورژانس زنان

- با معلم کودک تماس مستمر داشته باشید. اگر کودک در درس خود نیاز به کمک بیشتری دارد آن را فراهم کنید.
 - والدین با عوارض نامطلوب داروها- آشنا کنید از جمله : سردرد، معده درد، بی اشتها، کاهش رشد، اختلال در خواب
 - فعالیت کودک خود را در چارچوب مشخصی درآورید.
 - حذف کلیدهای افزودنیهای غذایی از غذای خود (ادویه و ...)
- اغلب تحقیقات پزشکی به این اشاره دارند که این رژیمها برای تعداد کمی از کودکان مفید هستند. اما بسیاری از والدین تغییرات قابل توجهی را در رفتار کودکان خود گزارش کرده اند شاید دلیل آن این باشد که با تهیه غذاهای مخصوص برای کودک، وی احساس می کند که توجه بیشتری به او می شود.