



注意力缺陷過動症（ADHD）介紹

一、何謂注意力缺陷過動症？

俗稱「過動兒」醫學上正式的診斷名稱為「注意力缺陷過動症」（Attention Deficit Hyperactive Disorder，簡稱為ADHD）。它是兒童精神行為障礙中最常見的一種，大約有3%~6%的學齡兒童有此問題，男童較女童為多。

「注意力缺陷過動症」是指過動、衝動和/或注意力缺陷的行為，以行為與學習上的困擾作為表現的疾病，這些行為必須持續至少六個月且已達適應不良並與其發展水準不相稱的程度，並存在於至少兩個環境中（家中、工作地點或學校）。

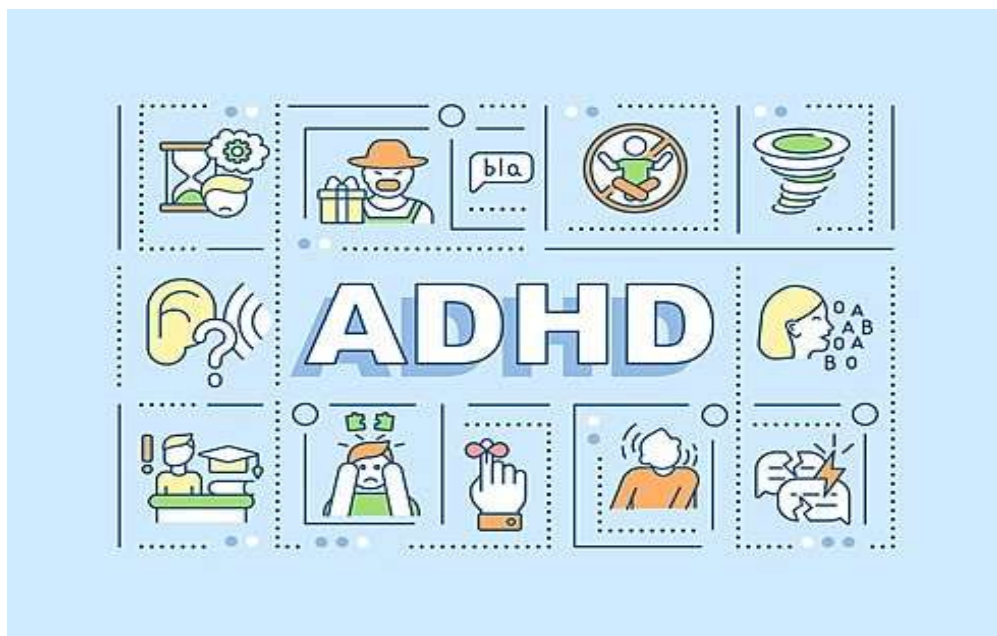
全人智慧 醫療典範
愛心 品質 創新 當責

經精神科醫師專家檢視
臺中榮民總醫院護理部編印

二、注意力缺陷過動症的成因

「注意力缺陷過動症」的病因目前仍不明，一般認為屬於大腦多部位神經功能異常所造成的，其主要的病變部位以大腦額葉為主，並非父母管教不良所引起的，但不當的管教會使問題雪上加霜。

到青少年時，大腦功能可能因持續發育會帶來的代償作用，可以使「注意力缺陷過動症」部份症狀逐漸減輕。只是此症最明顯嚴重的時期，是兒童正在建立行為規範與學習的黃金時期，若患「注意力缺陷過動症」對其學習與良好行為的養成有莫大傷害。早期治療及長期持續治療，才能防止嚴重的後果。



三、注意力缺陷過動症的症狀

「注意力缺損過動症」主要有二大症狀與行為特徵：

(一) **注意力不集中**：病人讀書或做事時無法專心，專注力短暫無法持續，容易被它事分心，行事粗心大意，常常出錯，常常遺忘帶需要用的物品，討厭或逃避需要用心去做的事，特別是讀書或作課業，做事缺乏條理組織。

(二) **衝動**：病人行事衝動，欠缺考慮，缺乏耐心，常無法等待，易干擾他人，坐立不安，話量多。

由於「注意力缺陷過動症」是種以行為與學習上的困擾為表現的疾病，病人並無任何身體不適，也不自知，故須靠父母師長發覺，協助其就醫。



四、注意力缺陷過動症的治療與照護

「注意力缺陷過動症」的治療需以藥物為主，除了極輕病人或較幼小的學齡前兒童外，先以行為督導、經常提醒及調整環境為主要處理原則，學齡期病人目前以藥物治療是首選的治療，再配合課業輔導、父母適當的管教、認知行為治療、及生活各層面指導。切記「不只是早治療，且要長期治療」。

五、藥物治療與注意事項

若有長期與嚴重干擾的兒童應該接受醫療。目前以中樞神經興奮劑對注意力缺陷過動症的症狀療效最佳，其中約有 70~80%的病童有效，其機制乃調解腦內神經傳遞介質的作用，尤其是多巴胺系統來改善症狀。國內目前有短效利他能(Ritalin)及長效專思達(Concerta)兩種不同劑型，藥物為症狀治療，藥效過了，症狀又出現，需定時且長期服用。少部分人服用剛開始有輕度的副作用：噁心、腸胃不適、胃口降低、失眠、頭痛、煩躁（停藥後 2-3 週副作用即消失）。

雖然您很可能從開始用藥的第一週便發現「注意力缺陷過動症」的症狀獲得改善，但是由於您的孩子必須適應新的藥物，所以也可能需要一個月的時間，才能看到完全的治療效益。除了日常生活中的正常起伏之外，請記住有許多變數會影響孩子對新藥物的反應。閱讀能力、學業表現、社交技巧無法因藥物而提昇，若合併有焦慮或憂鬱需依醫師指示服用相關藥物。如果您有任何關於「注意力缺陷過動症」藥物治療的問題，請向醫師諮詢。(諮詢電話:04-23592525 轉 3471)

六、結論

如果孩子有「注意力不足過動症」的症狀，建議父母儘早帶孩子到門診就醫，接受專業評估。早期的評估和治療不但可以協助孩子打穩基礎，也有助於發掘孩子的特質和潛能。

七、參考文獻

李宜珊、賴韋安、李佳蓉(2019)·兒童及青少年注

意力不足過動症·*家庭醫學與基層醫療*，34(12)，

350-358。https://doi.org/10.6320/FJM.2010.14(4).05

蔡雨璇、趙曉涵、洪巧菱(2020)·長期運動介入對

ADHD 兒童之效益：文獻回顧・臺灣運動心理學報，
20(2)，73-92。

[https://doi.org/10.6497/BSEPT.202007_20\(2\).0004](https://doi.org/10.6497/BSEPT.202007_20(2).0004)



讓我們來進行測驗，以確認您已充分了解

1. 俗稱「過動兒」醫學上正式的診斷名稱為「注意力缺陷過動症」。是兒童精神行為障礙中最常見的一種，大約有3%~6%的學齡兒童有此問題，男童較女童為多。
是 否 不知道
2. 注意力缺陷過動症主要有下列二大症狀：注意力不集中及衝動行為。
是 否 不知道
3. 「注意力缺陷過動症」的病因目前仍不明，一般認為是因為父母管教太嚴所造成的。
是 否 不知道
4. 目前治療注意力缺陷過動症以中樞神經興奮劑對注意力缺陷過動症的症狀療效最佳，。

是 否 不知道

5. 「注意力缺陷過動症」的治療需以藥物為主，除了極輕病人或較幼小的學齡前兒童外，先以行為督導、經常提醒及調整環境為主要處理原則，學齡期病人目前以藥物治療是首選的治療，再配合課業輔導、父母適當的管教、認知行為治療、及生活各層面指導。

是 否 不知道