

我的小孩有 **過動症**

應該吃藥治療嗎?



ADHD

本手冊適用對象/適用狀況

經醫師診斷為注意力不足過動症之學齡兒童(6-12歲)

柳營奇美醫院藥劑部

製

本手冊是給

當醫師診斷您的小孩有注意力不足過動(ADHD)並屆學齡(6歲以上)，面臨到該選擇是否讓小孩接受藥物治療的問題的家長們。

使用藥物治療可以有效幫助ADHD兒童控制注意力不集中、情緒浮動等症狀，但可能有些服藥兒童會出現心悸、食慾減低、感情表現變冷淡等副作用。但若症狀難以控制但未即時接受合適的藥物治療，可能影響ADHD兒童的在校表現、跟同儕以及家人的互動。本表單將會介紹ADHD這個疾病以及它的治療方式和藥物資訊，請一步一步閱讀下去，將會幫助您探索與瞭解最適合小孩的治療選擇，並以此手冊與醫師討論並決定日後治療方式。

注意力不足過動症ADHD是什麼？

ADHD即為注意力不足過動症，也是俗稱的過動症，主要症狀是注意力渙散或集中困難、活動量過多且自制力弱。

• **ADHD**的症狀通常在孩童時期開始出現(約三分之一的小孩是在6歲前被診斷為**ADHD**)，男孩患病率約為女孩的四倍。他們可能會無法安靜地坐好或完成一份作業，也有少部分的孩子無法專心吃完一頓飯。**ADHD**孩童無論在家或學校都可能遭遇困擾，孩童本人與家長可能為此感到挫敗與沮喪。研究顯示約三分之一患病孩童成年後仍持續出現**ADHD**症狀，多數孩童症狀於成年後會消失。即使如此長久以往若未經治療對孩童的學習狀況、人際關係與家庭生活影響甚大。

目前造成孩童發生**ADHD**的原因還沒完全被找到，主要原因可能是基因異常導致了大腦皮質的兒茶酚胺(在大腦裡負責傳遞訊息的物質)代謝失衡，使得腦部對刺激的抑制功能不足，一接受到刺激便可能過度做出反應。雖然現在還沒有治癒**ADHD**的辦法，但仍可透過各種治療方式控制症狀與矯正行為。

ADHD孩童會有什麼症狀?(1)

患病孩童可能出現下列一種或多種症狀：

注意力不集中

注意力相關的問題在孩子上小學後會更明顯被發現，像是健忘、容易分心、丟東丟西、組織能力不佳，不能專注在工作的細節。具體的情況會像是：

- 經常無法專注在細節，學校課業，工作，或其他活動上。
- 很難持續專注於工作或遊戲活動。
- 別人說話時似乎沒在聽。
- 經常不遵照指示，無法完成學校課業，雜務，工作場合分派的職責（不是因為反抗行為或不懂指示）。
- 組織規劃工作及活動有困難。
- 經常逃避，不喜歡，不願意參與需要一直耗費精神或動腦的工作（如學校課業或回家作業）。
- 會弄丟工作上或活動所必需的東西(例如:學校作業，鉛筆，書，工具或玩具)。
- 很容易受外在刺激影響而分心。
- 日常活動時總是忘東忘西。

ADHD孩童會有什麼症狀?(2)

過動

過度躁動或聒噪，無法依指示坐著一小段時間或是自己安靜地獨處。

具體的情況會像是：

- 在座位上玩弄手腳或不好好坐著
- 在需要持續坐著的場合會隨意離開座位
- 經常在不適當的場合奔跑或爬上爬下
- 很難安靜地玩或參與休閒活動
- 像是裝了馬達，隨時準備出動
- 不停地說話

衝動：

容易打斷或干擾他人、來不及想好就做出行動。

具體的情況會像是：

- 在問題還沒問完前就急著回答
- 在遊戲中或團體活動中，無法排隊或等待輪流
- 打斷或干擾別人 (例如:插嘴或打斷別人的遊戲)
- 上述症狀可能在ADHD孩童4歲開始出現，隨著年紀增加症狀也會隨之變化。

ADHD孩童會有什麼症狀?(3)

上述三大症狀不一定都會出現，依照每位孩童出現的症狀可分為三種型態：

注意力缺失(ADD)：只有注意力不能集中的症狀

過動-衝動型(HD)：只有過動和衝動的症狀

綜合型(ADHD)：同時有注意力不集中、過動、衝動的症狀



醫師如何診斷？

臨床診斷需根據父母、學校老師對兒童的觀察和記錄，並由醫師綜合病史資料、行為觀察和相關測驗做正確的診斷。依據最新的精神醫學診斷準則，診斷ADHD還需符合下列條件：

2 個以上的場合都有觀察到症狀出現
(例如:家裡與學校)。

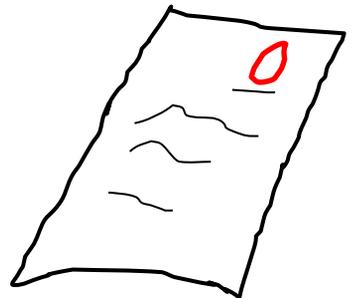
6 個月以上症狀持續

影響到孩童的社交人際關係與學業

確診為ADHD，不治療可以嗎？

若未接受治療，可能會：

上課或工作表現不佳
被同儕排擠
家庭關係不佳
低自尊如：自卑、自我厭惡
容易沮喪、憂鬱
社交能力不佳



合適的治療選擇有什麼呢？

雖然目前並無治癒ADHD的方法，但有些治療方式可以幫助解決上述的症狀。

確診後可以觀察孩童症狀，以及在學校、家裡的表現來決定是否開始進行治療。

我們先不對孩子進行藥物治療或行為支持，但須時時注意他/她在家裡與學校的表現。一旦孩子的表現讓您開始覺得擔憂，隨時可以開始進行藥物治療或行為支持。

若決定開始治療，治療方式則有：

行為支持：

行為支持是指透過家長、老師或尋求求臨床心理師對孩童進行指導，提供適當的環境、利用獎勵制度等等，幫助孩童建立自我控制能力。

藥物治療：

接受藥物治療一段時間(可能數年)通常能有效的改善ADHD兒童的症狀，屆時可定期讓醫師評估整體狀況來決定停用藥物的時機。研究顯示，長期使用中樞或非中樞神經刺激劑，無論服用劑量高低皆可立即停藥，並不會造成不舒服或是出現藥物依賴性。

目前治療ADHD主要有中樞神經興奮劑與非中樞神經興奮劑兩大類，藥物的選擇可能會依病人日常生活需求、用藥後反應來進行調整，常見的用藥考量為：

1. 藥物作用時間(是否在上課時能發揮作用)
2. 孩童是否可以順利吞服錠劑或膠囊
3. 在校時間需不需要服藥
4. 副作用(可能有食慾減低、胃腸不舒服、情緒改變、感情表現較冷淡、睡眠障礙、頭痛、血壓等)

您目前比較想要選擇的方式是.....

- 行為支持
- 藥物治療
- 目前還不清楚

接下來我們透過以下四個步驟來協助您做決定

步驟 1

詳細了解各項治療選擇



行為支持

我們要做什麼？

家長與學校老師須先瞭解與學習相關技巧並配合執行，利用日常生活指導，建立孩童的自我控制能力。

怎麼具體進行？

預防：

找出常導致孩子行為問題的情境與原因，事先注意。給予孩子一個較具有結構規則性的環境如規律的三餐與作息，可以提升自我控制能力。

行為支持

與孩子相處要注意:

跟孩子說話時盡量要求孩子要看著說話者，並且說話的語句要清楚簡短。

要以「你要去做什麼」代替「不要做什麼」，會有助於孩子遵守規則。例如「不可以到處亂跑」轉成「請你來坐在我旁邊吧」。

當孩子做到要求的事時或當孩子出現任何微小的良好行為時立即給予實質的獎品或口頭稱讚。

需長時間完成的工作（如寫功課），可以分段進行。因為孩子的注意力持續度可能不長，如果長時間進行同件事可能讓孩子覺得痛苦並效果不好。

行為支持

父母的態度:

調整自己，接納孩子的疾病與個性。孩子的好動或衝動、注意力無法集中並不是故意跟你作對或是要搗蛋，是因為大腦發展引起的生理因素導致的。接納孩子才能平心靜氣地與他們相處，成為過動兒正向發展的最強後盾。

加強與學校老師的溝通，讓老師了解孩子的問題，減少誤會並能協助解決孩子在學校的活動還有同儕相處會遇到的問題。

增強孩子的自信心，避免因孩子在團體中的不良行為被抱怨後而限制外出或參與活動。

行為支持

我不知道該怎麼進行行為支持怎麼辦？

可以尋求下列管道：

心理師諮詢(需收費，平均1小時1600元)

行為治療介紹網站

社團法人台灣赤子心過動症協會

<http://www.adhd.org.tw/Info.aspx?id=10>

台灣兒童青少年精神醫學會

<http://www.tscap.org.tw/TW/home/Default.asp>

社團法人台灣心動家族兒童青少年關懷協會

<http://www.tc-adhd.com/>

行為治療介紹書籍：

「過動路上紅綠燈～ADHD親師教戰手冊」

社團法人台灣赤子心過動症協會

「了解過動兒～ADHD戲劇宣導光碟」

社團法人台灣赤子心過動症協會

「有效提升孩子專注力—協助孩子解決學習及生活困擾」

市川宏伸

「ADHD家長教養手冊」

社團法人台灣心動家族兒童青少年關懷協會

行為支持

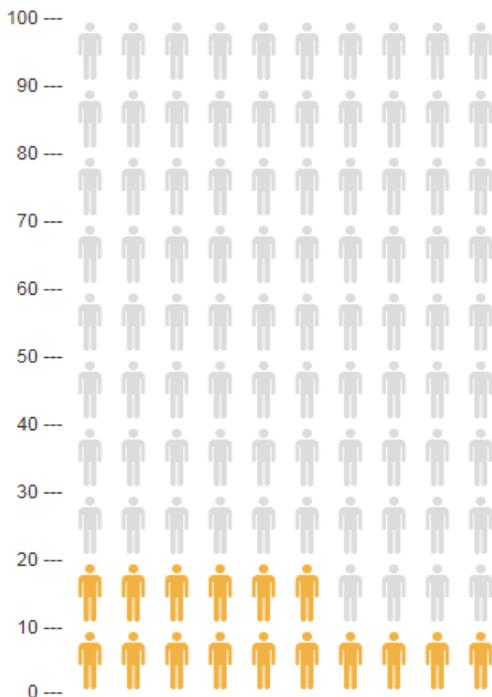
優點/缺點有什麼？

以行為支持療法對我的孩子會有什麼幫助？

單用行為支持治療，觀察3個禮拜發現100個孩子中有16個在自我控制與注意力上能夠表現得跟同年齡沒有ADHD的孩子一樣。

16 個有改善

84 個未改善



行為支持 優點/缺點有什麼?

採用行為支持療法可能會遇到的問題

家長、學校老師要能共同配合，耗費時間及金錢，
需要長期的耐心及環境支持：

國外研究顯示行為治療30天需花費
28830元(691美元)

台灣心理師治療約為

1600元/小時

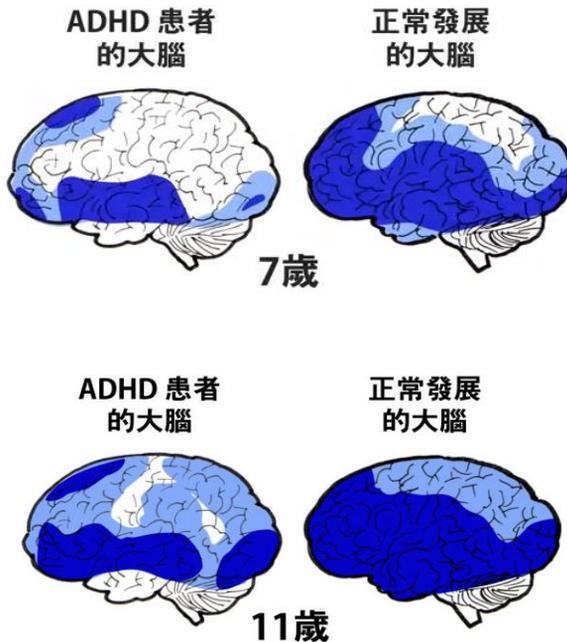
所需時數依個人有所不同

效果可能不如藥物快速有效

藥物治療

藥物是如何作用的？

ADHD可能跟腦中多巴胺(dopamine)及正腎上腺素(norepinephrine)功能異常有關，而導致訊息指令無法正常運作，影響腦部的執行功能。而藥物主要幫助大腦傳遞訊息，使大腦掌管的肢體運動、情緒反應、認知、注意力集中等能正常執行。



藥物治療

若開始服藥須配合？

ADHD藥物需依照孩童對藥物的反應調整劑量(低、中、高劑量)，因此家長及老師須評估並觀察孩童，同時也需與醫師保持聯繫以達到最適當的治療效果。

藥物治療

藥物治療主流包含中樞神經興奮劑及非中樞神經興奮劑兩種，每個孩童對藥物治療反應不一，目前沒有辦法預測哪種藥會達到最好的療效。但醫療人員可以告訴你藥物間之差異，幫助您選擇一種藥物先嘗試，並與之配合找到最適合孩子的劑量。

藥物治療

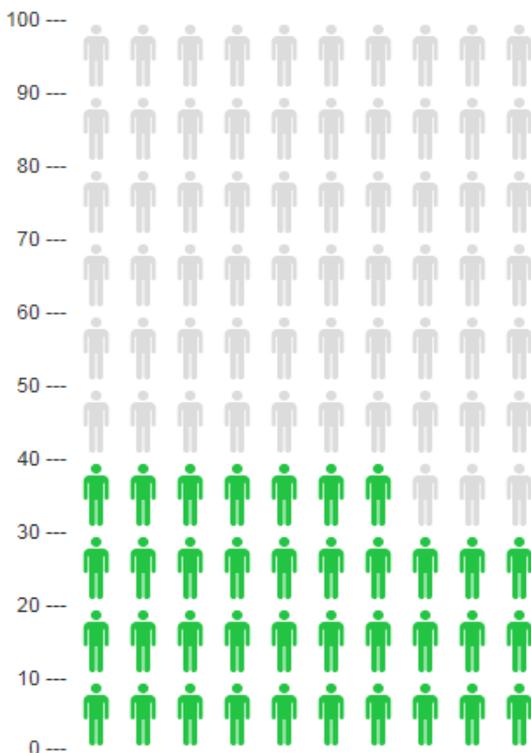
優點/缺點有什麼？

使用藥物治療對我的孩子會有什麼幫助？

使用藥物治療，發現100個孩子中有37個在自我控制與注意力上能夠表現得跟同年齡沒有ADHD的孩子一樣。

37 個有改善

63 個未改善



藥物治療

優點/缺點有什麼？

使用藥物治療可能會遇到什麼問題？

需要服用藥物

藥物可能療效不佳

服藥可能產生副作用

副作用通常是輕微的，可能隨著習慣而降低，有些副作用可能持續，但通常可以透過減低劑量達到改善，但也有可能需要更換藥物。

中樞神經興奮劑：

常見：體重減輕、食慾降低(特別是在中餐)、
睡眠障礙、頭痛、腹痛

罕見：心跳血加上升、生長抑制/遲緩、幻覺

非中樞神經興奮劑：

常見：情緒改變(如焦躁、攻擊性)

少見：自殺念頭

行為支持

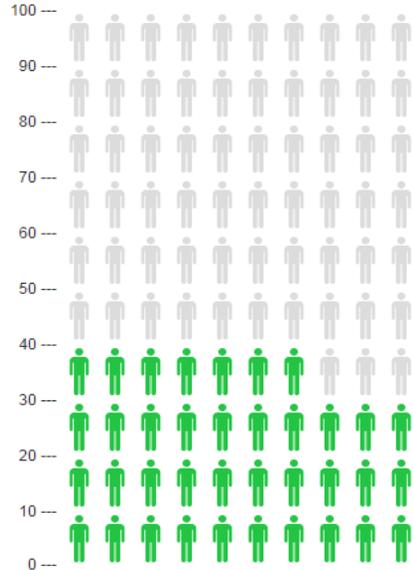
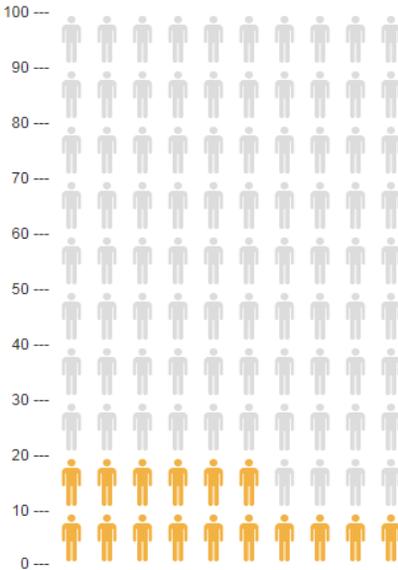
藥物治療

16 個有改善

37 個有改善

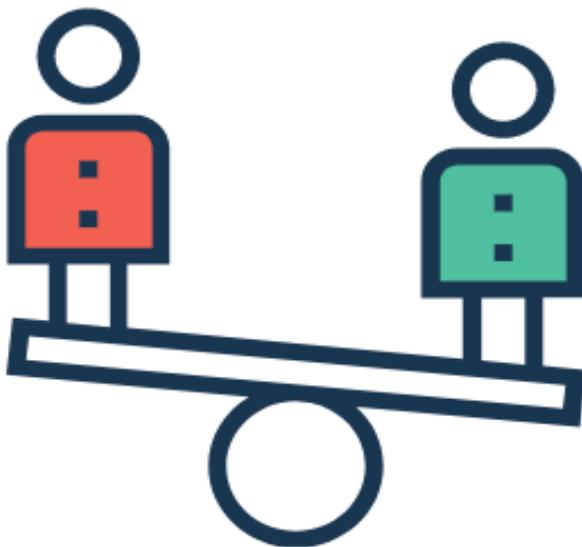
84 個未改善

63 個未改善



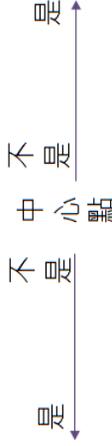
步驟 2

偏好選擇輔助蹺蹺板



請圈選下列考量項目，左邊欄表示若使用藥物治療的考量點，右邊欄表示若不使用藥物治療的考量點。0 分代表對您覺得兩邊在意程度不相上下，1-3 分的分數代表對您的在意程度(越重視該考量點則越高分)，但左、右邊只能擇一邊圈選，請衡量兩邊在意程度後再圈選。

使用藥物治療



我的小孩能夠好好服藥



要我的孩子按時服藥會有困難

希望讓我的小孩注意力不集中或過動的這些症狀快速得到改善



我覺得目前孩子的症狀還不嚴重，希望先觀察或進行行為支持一段時間再說

能減少時間或金錢的花費



我有足夠的資源進行行為支持治療

即使服用藥物有副作用發生，我清楚諮詢或得到幫助的管道(如醫院藥物諮詢窗口或專線)



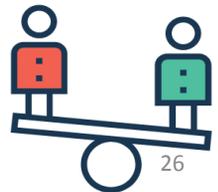
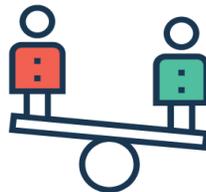
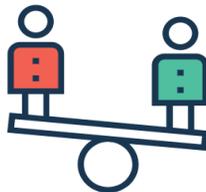
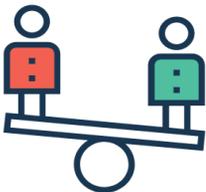
藥物的可能副作用讓我擔憂，且發生的話我可能無法處理

不使用藥物治療

所以您目前感覺較偏好.....

藥物治療

不使用藥物治療
觀望或行為支持



步驟 3



來試試您是否已經了解
上面提供的資訊!!

1. 服用藥物可以治癒注意力不集中/過動症

對 不對 不確定

2. 注意力不集中/過動症之藥物治療可能產生藥物相關副作用

對 不對 不確定

3. 注意力不集中/過動症有其他非藥物治療方式

對 不對 不確定

4. 非藥物治療需要環境長期的支持

對 不對 不確定

步驟 4



**您現在確認好想採用的
治療模式了嗎？**

我決定選擇：（下列擇一）

行為支持

藥物治療

目前還無法做決定，
原因是(請勾選)

我想要再與我的小朋友討論治療方式

我想要與其他人（包含配偶、家人、朋友或第二意見提供者）討論我的決定。

對於以上治療方式，我想要再瞭解更多，像是：