



什麼叫做過動症？

文／身心內科臨床心理師 楊順興

衛教叮嚀

在人多的地方，你是否常看到一些小朋友精力旺盛的跑來跑去、爬高爬低，過度活潑調皮，或者常聽到父母說孩子漫不經心、拖拖拉拉、功課不好？這群孩子可能罹患了「注意力缺陷過動症」(Attention Deficit/Hyperactivity Disorder, ADHD)。

注意力缺陷過動症(簡稱ADHD)有三大類症狀(一)注意力缺損(二)過動(三)衝動。

「注意力缺損」症狀包括注意力不集中、粗心犯錯。「過動及衝動」症狀則包括動個不停、多話、做事衝動。有的孩子過動及衝動症狀比較嚴重，有的孩子注意力缺損比較嚴重，有些孩子則三種症狀都很明顯。

過動的孩子常常讓父母精疲力竭，因為他們像是一頭精力充沛的小蠻牛，動個不停。別的小孩受一兩次教訓就會記住，他們則是重覆的犯錯。他們想到什麼就做什么，不管事情的後果。即使父母忍不住，打了孩子一頓，孩子最多只乖幾天。

沒多久，同樣的行為模式又出現了。

過動症的孩子並不是故意要惹父母生氣，他們的腦部狀況讓他們控制不了自己。過動症的主因是「腦內化學傳導物質的不平衡」，藥物可以改善這個問題，讓孩子注意力集中、自我控制能力提升。

有的父母常說，小孩子總是比較皮，長大以後就會好了。的確，隨著年齡的增長，孩子的活動量會比較下降，不再像之前那麼好動。但是如果比起同齡者來說，孩子還是會顯得比較過動、衝動、注意力不集中。這樣的問題常會延續到成年。

父母不應該因為孩子長大後會改善，因此現階段就不作任何處理。當孩子有過動症，學業、人際、生活都會受到干擾，他的潛能就不容易發展。因為一直出狀況，老師、同學，甚至連家人都會討厭他，孩子就會變得自尊低落、敵視人群。不少過動兒長大後變成非行少年，違法入獄。過動症對孩子人格的損傷可能是一輩子都無法修復的。

