

# فرط الحركة ونقص الانتباه عند الأطفال: الأعراض والأسباب والعلاج



الأربعاء 22 مايو 2024 11:20 م

اضطراب نقص الانتباه وفرط النشاط لدى الأطفال هو أحد اضطرابات الدماغ الأكثر شيوعًا لدى الأطفال، وهو اختلاف في نمو الدماغ يمكن أن يؤثر على قدرتهم على التركيز وضبط النفس.

## أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه عند الأطفال

وفقًا لموقع "ويب إم دي"، فإن أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه تختلف من طفل لآخر، لكن يميل معظم الأطفال إلى إظهار مجموعة من هذه العلامات الرئيسية:

- الغفلة - قد يواجه الطفل صعوبة في الانتباه أو يتشتت انتباهه بسهولة.
- الاندفاع - يتصرف الطفل دون تفكير، مثل مقاطعة الآخرين.
- فرط النشاط - يتحرك باستمرار، أو مفرط النشاط، أو يتحدث كثيرًا.

## تشمل علامات فرط النشاط والاندفاع ما يلي:



- التعمل.
- الارتباك.
- صعوبة في الجلوس ساكنًا لأداء المهام الهادئة.
- الجري أو التسلق في أوقات غير مناسبة.
- التحدث كثيرًا أو المقاطعة.
- مشكلة في انتظار دوره.

## تشمل علامات عدم الانتباه ما يلي:

- مشكلة في إنهاء المهام
- فقدان الأشياء في كثير من الأحيان
- النسيان
- الفوضى
- تشتيت انتباهه بسهولة
- ارتكاب الأخطاء بسبب الإهمال
- عدم الاستماع

## أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه عند الأطفال الصغار

في حين أن معظم الأطباء لا يقومون بتشخيص إصابة الطفل باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه حتى سن الرابعة على الأقل، إلا أن بعض الأطفال قد تظهر عليهم الأعراض قبل ذلك. تشبه معظم أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه إلى حد كبير سلوك الأطفال الصغار التقليدي. لكن هناك بعض العلامات المحتملة التي تشير إلى أن الطفل قد يكون مصابًا باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه:

- غالبًا ما يواجه مشاكل في مرحلة ما قبل المدرسة أو الرعاية النهارية
- يختلف سلوكه عن سلوك معظم الأطفال الآخرين في نفس العمر

## أنواع اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه في مرحلة الطفولة

تحدد أعراض الطفل إلى حد كبير أيًا من الأنواع الثلاثة الرئيسية لاضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه لديه:

- نوع مفرط النشاط والاندفاع بشكل رئيسي. يُظهر الأطفال سلوكًا مفرط النشاط ومنفردًا
- نوع غافل أساسًا. كان هذا يُسمى سابقًا اضطراب نقص الانتباه. والأطفال الذين يعانون من هذه الأعراض لديهم صعوبة في الانتباه
- وقد لا تلاحظ أعراضها بالسرعة التي تظهر بها في النوع الأول
- النوع المشترك (غير منتهى ومفرط النشاط/منفرد). يعاني الأطفال المصابون بهذا النوع من اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه من عدة أعراض من النوعين الأولين. وهذا هو الشكل الأكثر شيوعًا لاضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه

## أسباب اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه عند الأطفال



لا يعرف الأطباء بالضبط ما الذي يسبب اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. لكن من المعروف أنه ينتشر في العائلات. واحد من كل 4 أطفال مصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه لديه أحد الوالدين مصاب باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. أظهرت الدراسات أن الأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه قد يكون لديهم اختلافات في:

- مناطق الدماغ التي تتحكم في المهارات الاجتماعية، والانتباه، والحركة
- المواد الكيميائية التي تتحكم في التواصل في الدماغ

ويعتقد الخبراء أيضًا أن أدمغة الأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه تميل إلى النضج في وقت متأخر عن أدمغة الأطفال الذين لا يعانون من هذه الحالة.

لم تجد الدراسات أي دليل على أن اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه قد يكون ناجمًا عن:

- السكر
- اللقاحات
- التربية السيئة
- التلفزيون أو ألعاب الفيديو

## اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه عند الأطفال: عوامل الخطر

- يدرس الباحثون أيضًا ما إذا كانت هذه الأشياء مرتبطة بارتفاع فرص الإصابة باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه لدى الأطفال:
- تعاطي الكحول أو التبغ أثناء الحمل
  - الولادة المبكرة
  - إصابة الدماغ
  - التعرض أثناء الحمل لبعض المخاطر البيئية (مثل الرصاص).
  - انخفاض الوزن عند الولادة

## تشخيص اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه عند الأطفال

- لا يوجد اختبار بسيط لاضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. سيقوم الطبيب بإجراء التشخيص بناءً على الفحص البدني والتاريخ الطبي والأعراض التي يعاني منها الطفل.
- قد يتم تشخيص اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه إذا كان يستوفي جميع هذه الشروط:
- لديه ما لا يقل عن ستة أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه، مثل التملعل كثيرًا أو الانزعاج بسهولة
  - تستمر الأعراض لمدة 6 أشهر أو أكثر
  - تسبب هذه الأعراض مشاكل للطفل في أكثر من بيئة، مثل المنزل والمدرسة والمجتمع
  - تبدأ الأعراض قبل سن 12 عامًا

## علاج اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه في مرحلة الطفولة

- تشير الدراسات إلى أن العلاج طويل الأمد مع مزيج من العلاج السلوكي والأدوية يعمل بشكل أفضل من الدواء وحده.
- بالنسبة للأطفال دون سن 6 سنوات، العلاج السلوكي هو العلاج الموصى به. ومع تقدمهم في السن، قد يصف لهم الطبيب الأدوية أيضًا.

## العلاجات السلوكية للأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه

- يمكن للمعالج أو المستشار، تعليم الأطفال تقنيات لمساعدتهم على إدارة سلوكياتهم بشكل أفضل. ويمكنهما أيضًا تعليم الوالدين مهارات لمساعدتهم على إدارة سلوك أطفالهم. وتشمل هذه:
- تشجيع الروتين
  - مكافأة السلوكيات الجيدة وتثبيط السلوكيات السلبية
  - يحصل الأطفال في سن المدرسة أيضًا على العلاج لمساعدتهم في أشياء مثل:
  - إدارة الوقت
  - التخطيط للمستقبل
  - التدريب على المهارات الاجتماعية هو شكل آخر من أشكال علاج اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه الذي قد يفيد طفلك. وهذا يدرّبهم على السلوكيات التي تساعد على تطوير العلاقات الاجتماعية والحفاظ عليها.

## العلاجات الدوائية لاضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه لدى الأطفال



تعتبر فئة من الأدوية تسمى المنشطات النفسية، علاجًا فعالًا للعديد من الأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. تساعد هذه الأدوية الأطفال على تركيز أفكارهم وتجاهل الانحرافات. تعمل بعض الأدوية غير المنشطة أيضًا بطرق مشابهة لعلاج اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. بعض الأدوية المنشطة تشمل: الأمفيتامينات، مثل ديكستروأمفيتامين (ديكسيدرلين)، وديكستروأمفيتامين-أمفيتامين (أديرال Mydayis، XR)، ولبسديكس أمفيتامين (Vyvanse).

مثيلفندات، مثل ديكسميثايل فينيديت (فوكالين) ميثيل فينيدات (كونسيرتا، دايترانا، ريتالين) تتوفر العديد من أدوية اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه في أشكال قصيرة المفعول (فورية المفعول)، وطويلة المفعول، ومتوسطة المفعول (بين القصير والطويل). قد يستغرق الأمر بعض الوقت للعثور على أفضل دواء وجرعة وجدول زمني للطفل المصاب بهذه الحالة. ولا تعمل الأدوية مع جميع الأطفال المصابين باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. ولأدوية اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه آثار جانبية مثل الصداع أو فقدان الشهية. لكن عادةً ما تكون الآثار الجانبية خفيفة ولا تدوم طويلًا.

## العلاجات البديلة

لم تثبت أي علاجات بديلة أنها تساعد في تخفيف أعراض اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. لكن بعض الأشخاص يبلغون عن فوائد من: التأمل. سواء مع مدرب أو من خلال جهاز، فقد يساعد ذلك طفلك على الشعور بالهدوء. التدريب على الارتجاع العصبي. في هذا النوع من التدريب، يركز الطفل على مهمة ما بينما يقوم الطبيب بفحص نشاط الدماغ باستخدام مخطط كهربية الدماغ. يستخدم ردود الفعل من الجهاز لمساعدة الطفل على إدراك متى يفقد التركيز.

## ما العلاج الأفضل؟

لا يوجد علاج واحد مناسب لكل طفل مصاب باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه. يأخذ الطبيب في الاعتبار احتياجات طفلك وتاريخه وسيعمل لإيجاد الحل الأفضل. على سبيل المثال، قد يكون العلاج الذي يسبب آثارًا جانبية للطفل خيارًا خاطئًا. إذا كان الطفل المصاب باضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه يعاني أيضًا من القلق أو الاكتئاب، فقد يكون العلاج الذي يجمع بين الأدوية والعلاج السلوكي هو الأفضل.

## مضاعفات اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه

يمكن أن يؤدي اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه الذي لا يتم علاجه إلى مضاعفات مدى الحياة. تشمل:

- اضطراب استخدام المواد
- صعوبة في الحصول على وظيفة والاحتفاظ بها
- اضطرابات الأكل
- مشاكل الصحة العقلية الأخرى مثل الاكتئاب أو القلق
- علاقات غير مستقرة
- ضعف الأداء الدراسي
- السلوكيات الخطرة التي قد تؤدي إلى حوادث سيارات أو مشاكل قانونية
- مشاكل النوم

[لقراءة الموضوع من مصدره الأصلي اضغط هنا](#)

