

愛他無條件

注意力缺失過動症的治療歷程分享

文 / 邱媿寧 臺北慈濟醫院身心醫學科主治醫師



「過動兒」這個名詞大家或多或少都有聽過，但對它是一知半解，或者並不瞭解它的全貌。症狀輕者，也許只是孩童成績不如預期、學業或職業不如人意，重者可能引發憂鬱症，或是因衝動的行為反應、社會適應不良導致反社會人格，最糟狀況是淪為犯罪者

百分之五到十 專注不足或過動

「注意力缺失過動症」的英文為 Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD)，注意力不足過動症的孩子，各國盛行率大約百分之五到十，是一種相當常見的兒童精神疾病。由於大眾對疾病的了解不夠，可能誤以為是管教不當或是被寵壞的行為而錯過治療的黃金時期。目前的研究發現，ADHD可能是由於大腦額葉皮質下迴區的功能異常，造成明顯地不專心、衝動過動、組織計畫能力不佳、動作控制失調等問題。

以下以三個典型例子說明，讓讀者感受一下「注意力缺失過動症」的多樣性與難以判斷。以及治療之後的結果。

成績不佳的憂鬱少女 ——邊緣性人格

小平是一個國四班學生，憂鬱、失眠及割腕的舉動讓母親擔心而帶來就診。小平說：「爸爸總是討厭我，說我比不上姊姊優秀。姊姊隨便讀書就能考上臺大，我很努力，上課卻容易分心，英文單字明明昨天背好，今天又忘記，爸爸都說我是偷懶，唸國四班害他丟臉又花錢。我覺得壓力好大，好難達成爸爸的要求，覺得很痛苦，真希望結束這一切。」媽媽說：「我和我先生一直都很重視孩子的教育，希望她們能考上名校，以後有好工作。小平小時候很活潑，上課愛講話，老師說她上課很容易分心，也常把課本文具弄丟。她寫作業常拖拖拉拉，房間總是亂亂的。」「爸爸比較嚴厲，小平曾因數學不及格被爸爸打了幾次。上國中後成績一落千丈，爸爸不想用打的，只好用姊姊的成功來砥礪她。我們真的不知道『注意力缺損』是一種疾病，可以用藥物治療！」

注意力缺失過動症的孩子常被父母誤解為懶散、不認真、不聽話，因此被打被罵，孩子在受挫的環境下長大，容易有低自尊、憂鬱傾向、嚴重者甚至會自殘或者導致「邊緣性人格」的產生，也就是會有長期的空虛感、常對別人的意圖扭曲、遇到挫折就自殘。

小平後來服用注意力缺失過動症藥物治療後，上補習班的課更為專心，英文單字可以輕鬆背誦，成績進步很多，重

要的是，爸爸瞭解她的疾病後，真的多鼓勵少責罵，小平就不再憂鬱了，全心地國四班衝刺。

讓老師頭疼的火爆小子 ——衝動控制障礙

小安的父母都是公務人員，也都是書香世家，小學四年級的小安看起來也很溫文儒雅、有禮貌，成績也是在甲等到優等之間。但是自從小學一年級開始，只要一和同學起衝突，小安就會暴力相向，嚴重時曾經把同學的眼鏡打破或是拿國語辭典砸同學的頭，輕一點時就是掀桌椅、丟書包，一個月至少發生一次，讓媽媽惶惶不安，非常怕接到學校打來的電話。

小安也知道自己不該如此，但是當時就是沒法控制。他曾經接受無數次心理諮詢，就是沒有效果，導致小安在學校沒有朋友，沒人敢和這個火爆小子玩；老師也很頭疼，因為小安其實很聰明、心地也很善良、有時會熱心地幫忙老師，但就是有防不勝防的衝突發生，其實都只是別人不小心撞到小安或玩遊戲時意見不和吵架，才進一步演變成打架事件。有些家長很好溝通，可以寬容理解，有一些家長卻動不動要求學校賠錢。

小安表現的明顯症狀主要為「衝動控制」的障礙，這一類型的孩子在衝動的當下無法預期自己的行為後果，沒辦法踩煞車，等事情發生後懊惱不已，但下次衝突再發生時，大腦也無法回

憶到當初的教訓(如被爸媽處罰)，這叫做「大腦迴饋失調障礙」(Brain Reward Dysfunction)，因此常犯同樣的錯誤。服用藥物後可增進神經傳導物質在神經細胞間的活絡程度，讓大腦馬上回憶起過去的教訓、及時踩煞車不選擇暴力相向。抑制生氣的情緒是由大腦的海馬迴和邊緣系統掌舵，藥物還可以活化理性的腦，增加前額葉皮質的厚度，並想出理性的話語來應對進退。

經過瞭解小安的生長、發育和過去病史，確定小安完全符合「注意力缺失過動症」。小安可以控制自己不在座位上亂動，且學業成績良好，因此家長和老師並不知道他是過動兒。經過服藥治療後，再也沒有暴力事件發生了。小安也在學校交了朋友、重拾自信。

長大的孩子變壞了

——停止治療或服藥

媽媽帶大智來回診，電腦記錄顯示他從國中一年級就來門診，診斷為注意力缺失過動症，服藥後效果良好且持續治療二年以上，但後來有一年半沒回診。媽媽回覆，因為大智服藥後食慾不佳，奶奶希望停藥，就沒繼續看醫生了。

誰知考上高職後，大智完全無法集中注意力上課，也無法參加考試，只好休學在家。父母工作忙碌無暇盯著他，無聊的大智跑去網咖，不幸結交一些中輟生，一起偷機車零件，結果被警察抓到。他們來醫院看診請求開立診斷書給法官，希望能網開一面。

注意力缺失過動症的個案有三分之一會持續到成人階段，如果放棄藥物治療，有一些個案很容易在青春期交到壞朋友而誤入歧途，因衝動犯罪而進入司法審判體系。

因此就算放棄藥物治療也應該回診和醫師討論如何繼續個案的學業、如何管理孩子的行為、如何和學校溝通才能免除孩子的休學 以避免日後的牢獄之災。目前的法律，即使有注意力缺失過動症的診斷，大部份的個案也是要負全部的法律責任。

藥物有效 搭配輔助療法


目前為止，包含在臺灣，已經有數百篇國際知名的研究證實藥物治療是最有效的ADHD治療方式，親職教育、行為治療及學校的補救教學是不可或缺的輔助治療策略。目前第一線藥物有兩類：一類是中樞神經興奮劑，在臺灣只有methylphenidate，目前有短效型和長效型兩種；另一類是atomoxetine，它是非中樞神經興奮劑。

陪伴注意力缺失過動症孩子成長的路的確很辛苦，家長自我的壓力與對孩童的期許、周圍各式各樣的意見與對使用藥物治療的不同意見，都讓家長很困惑。家長在選擇治療模式時，一定要瞭解治療的模式是否經過實證醫學的驗證？可以改善何種症狀？才決定是否要治療；治療後也要再追蹤是否症狀又持續存在？是否影響孩子的生活？

再次提醒家長，即使放棄傳統有效的

藥物治療方式，也要時時刻刻瞭解孩子的心情、交友、學業以及是否有脫序的行為，方能即時給予協助與矯正。

作父母的有時愛子心切，不當的言語嘲諷只會讓孩子更無助；一定要幫孩子

找出問題所在、適當的要求、適時的鼓勵才能讓孩子更勇敢、更有智慧。 

註：藥物治療最具成效與輔助治療策略等資訊，請參考臺灣兒童青少年精神醫學會網站。

「注意力缺失過動症」的症狀和診斷標準

依據美國精神醫學診斷手冊的診斷標準，下列敘述現象，若符合六種（或以上），且其中有些現象持續六個月以上：

- 》做事或做功課玩耍無法持續專注。
- 》做事或做功課粗心大意。
- 》做事沒有組織條理。
- 》經常丟掉東西。
- 》經常忘掉每天該做的事。
- 》很容易受外界的刺激而分心。
- 》逃避做功課或其他需要專心的事。
- 》經常有「有聽沒有到」的感覺。
- 》無法做完功課或一些該做的事。

下列過動或衝動的症狀，出現六種（或更多）與其發展水準不符或不一致的現象，且這些特徵在某種程度上至少達六個月以上。

- 》過動的症狀——
 - * 坐不住，如在教室經常離座。
 - * 一直不停的動，停不下來。
 - * 坐立時侷促不安。
 - * 在任何場所都跑來跑去或爬上爬下。
 - * 無法安靜下來玩遊戲。
 - * 話特別多。
- 》衝動的症狀——
 - * 無法耐著性子排隊或輪流。
 - * 經常在別人問題還沒說完，就搶著回答。
 - * 喜歡插嘴或打斷別人談話。

過動兒的診斷是相當專業的，目前國際上公認最佳的診斷方式是由精神科醫師進行臨床評估診斷。