

兒童及青少年**AD/HD**知多啲： 病徵及治療方案

陳欣永醫生

兒科專科醫生

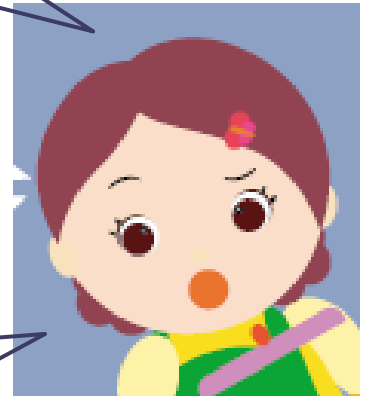
香港浸信會醫院兒科榮譽顧問醫生

阿仔做功課成日搞東搞西，坐唔定，成日分心。又唔交功課，我寫手冊都寫到手軟!

阿仔今日又俾同學投訴，話佢排隊時插隊，上堂時又搶人地個筆袋!!!

每次叫佢做嘢都要重複好多次，係咪聽力有問題？要唔要做聽力測試？

佢打機、睇電視很專心，剩係做功課唔專心，佢究竟係懶定係有專注力問題？!



在家應習課業

第十六週

日期	12月14日	12月15日	12月16日
科目	星期一	星期二	星期三
中文	OVER 0070	OVER 0070	OVER 0070
英文	GPB P213	W.S. - CONNECT	CONNECT
數學	TSAP34	TSAP37	TSAP37
常識	15-16	15-16	15-16
其他	4x 0511	5x 0511	
教師家長通訊	簽閱通告 () 份	簽閱通告 () 份	簽閱通告 () 份
	簽閱手冊 P.()	簽閱手冊 P.()	簽閱手冊 P.()
教師家長通訊	請每天為貴子弟量度體溫/簽體溫表。 NW's Core Vio 上星期偷吃東西	請貴家長在繳費靈戶口增值, 以便學校收費。 R192.	

在家應習課業

第十六週

日期	12月17日	12月18日	備註
科目	星期四	星期五	
中文	OVER 0070	OVER 0070	中文默書 日期: ___月___日 範圍: _____
英文	GPB P213	W.S. - CONNECT	英文默書 日期: ___月___日 範圍: _____
數學	TSAP34	TSAP37	
常識	15-16	15-16	
其他	4x 0511	5x 0511	
教師家長通訊	簽閱通告 () 份	簽閱通告 () 份	班主任簽署
	簽閱手冊 P.()	簽閱手冊 P.()	
家長簽署			

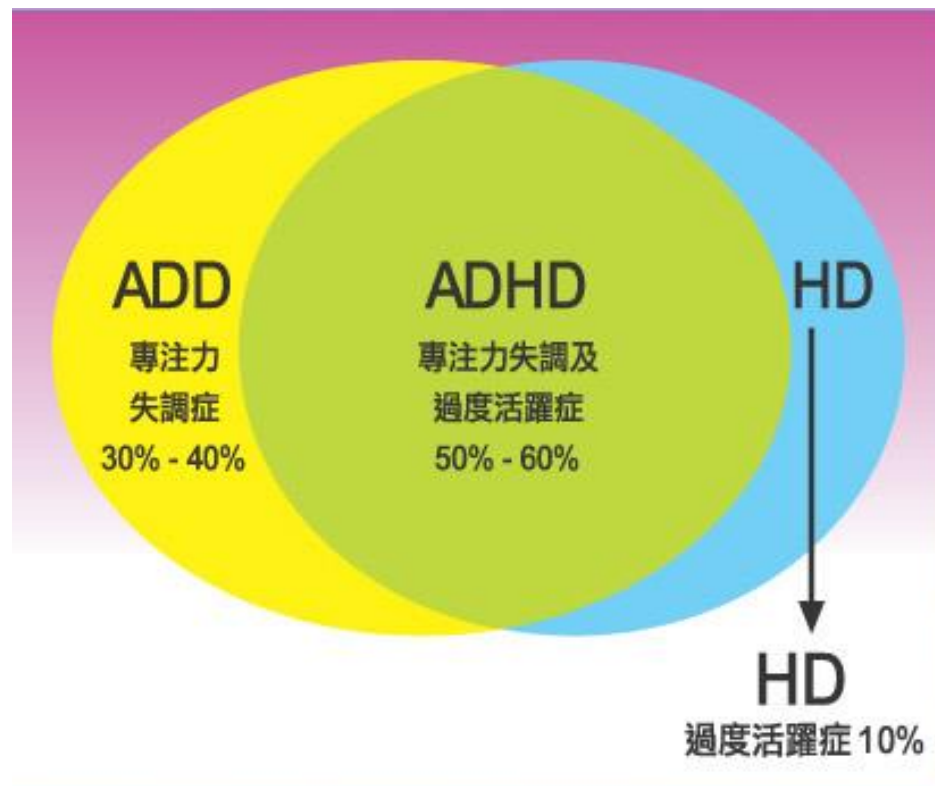
10-8-2-4

What Is ADHD?



什麼是ADHD?

ADHD = 專注力失調或/及過度活躍症



徵狀—專注力失調症

1. 難以注意細節，容易因此犯錯
2. 難以長時間專注於同一件事情，如：學習、日常活動、遊戲
3. 難以細心聆聽別人的說話
4. 難以按照指引做事，經常無法完成日常事務
5. 做事經常缺乏條理，難以妥善安排如有關學習、活動、生活等方面的計劃

徵狀—專注力失調症

6. 抗拒或不喜歡那些需要全神貫注的事情
7. 經常遺失日常學習或活動的所需用品
8. 很容易受週遭環境或事情影響而分心
9. 常遺忘日常生活中已安排的活動，如忘記約會的時間



徵狀—過度活躍症

(I) 活動量過多

1. 常手舞足蹈，或在座位上不停地扭來扭去，難以安靜下來
2. 在課室或需要安坐的場合，經常擅自離座
3. 在不適當的場合四處跑或攀爬
4. 難以安靜地遊玩或參與休閒活動
5. 無時無刻也在活動，像一部不會停下來的機器
6. 多言

徵狀—過度活躍症

(II) 自制力弱

1. 問題還未問完，他們便搶著回答
2. 難在遊戲或群體中輪候或排隊
3. 常中途打擾或騷擾別人的活動



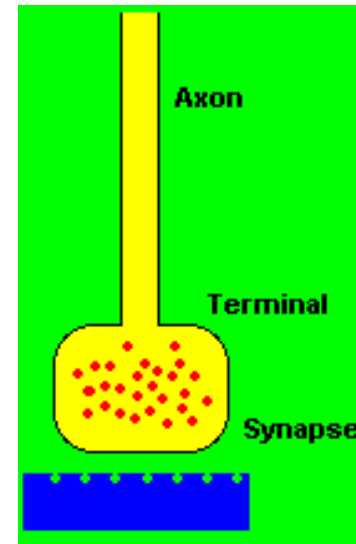
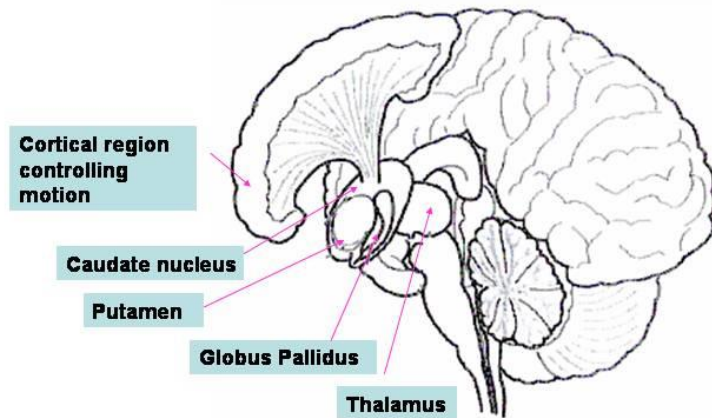
專注力失調過度活躍症ADHD

- 過度活躍－衝動型 (Hyperactive and impulsive)
- 專注力失調型 (Predominantly inattentive =ADD)
- 複合型 (combined type)



成因

- 成因未明
- 腦部的疾病/腦部化學傳遞物質失去平衡/家族遺傳



世界各地普遍的發病率

- 兒童：3-7% (The MTA Cooperative Group, 1999)
- 成人：4.4% (Kessler, 2004)

學者	診斷標準	國家	年齡 (歲數)	性別	發病率
Satin, 1985	DSM-III ADD/H	美國	6-9	M	8%
Anderson, 1987	DSM-III ADD	紐西蘭	11	M / F	7%
Offord, 1987	DSM-III ADD/H	加拿大	4-16	M / F	6%
Bird, 1988	DSM-III ADD/H	波多黎各	4-16	M / F	9%
Taylor, 1991	DSM-III ADD/H	英國	6-8	M	5%

香港

- 7- 8歲的男孩 = 8.9% (Leung, 1996)
- 6-13 歲 = 3-7% = 19,020 – 44,380 人
Ø 約每15人便有1人患ADHD
- 18-44歲 = 4.4% = 133,910 人

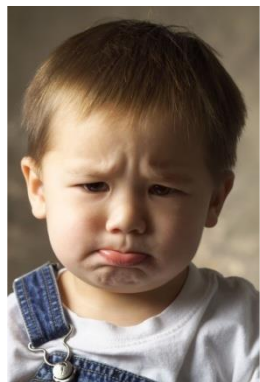
已被診斷的? 約8,000 – 9,000人?

尚未被診斷的? **非常多!**

ADHD會引致甚麼後果？



艱辛的道路



嬰兒/幼童階段 0-3 歲

- u 容易煩躁
- u 睡眠不安
- u 不服從



學前階段 3-6 歲

- u 很快便轉換遊戲
- u 身體活動停不下來
- u 社交困難



小學階段 6-12歲

- u 容易分心
- u 衝動及破壞性的行為
- u 學習及社交困難
- u 自信心低

青少年階段 13-17歲



- u 學習困難
- u 人際關係的問題
- u 難以計劃事情
- u 侵略/攻擊性行為
- u 對抗性行為
- u 濫用藥物/酒精
- u 冒險行為



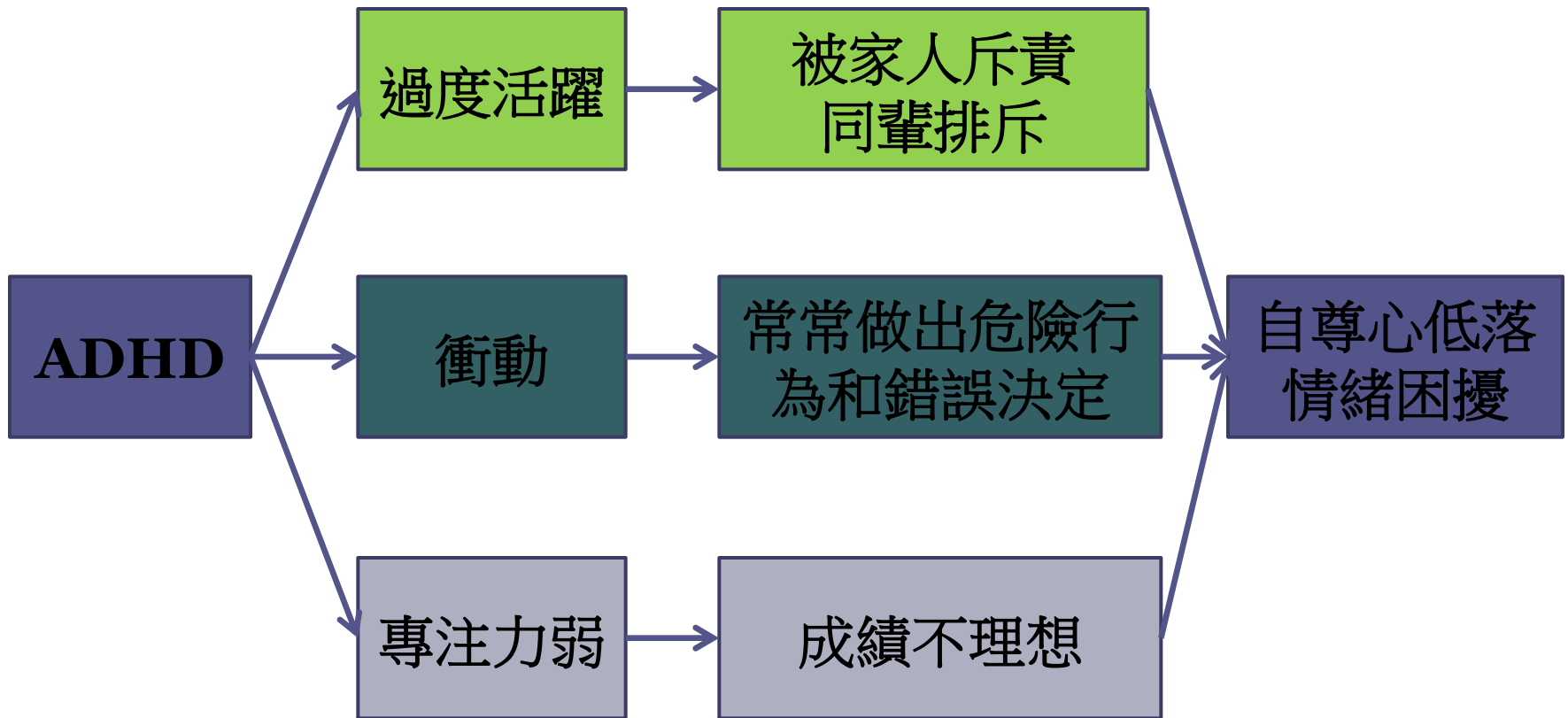
成人階段 18歲以上



- u 人生欠缺目標
- u 自尊心低落
- u 人際關係的問題
- u 情緒病
- u 睡眠問題
- u 忽略健康
- u 衝動性行為
- u 濫用藥物/酒精
- u 危險駕駛
- u 財政困難

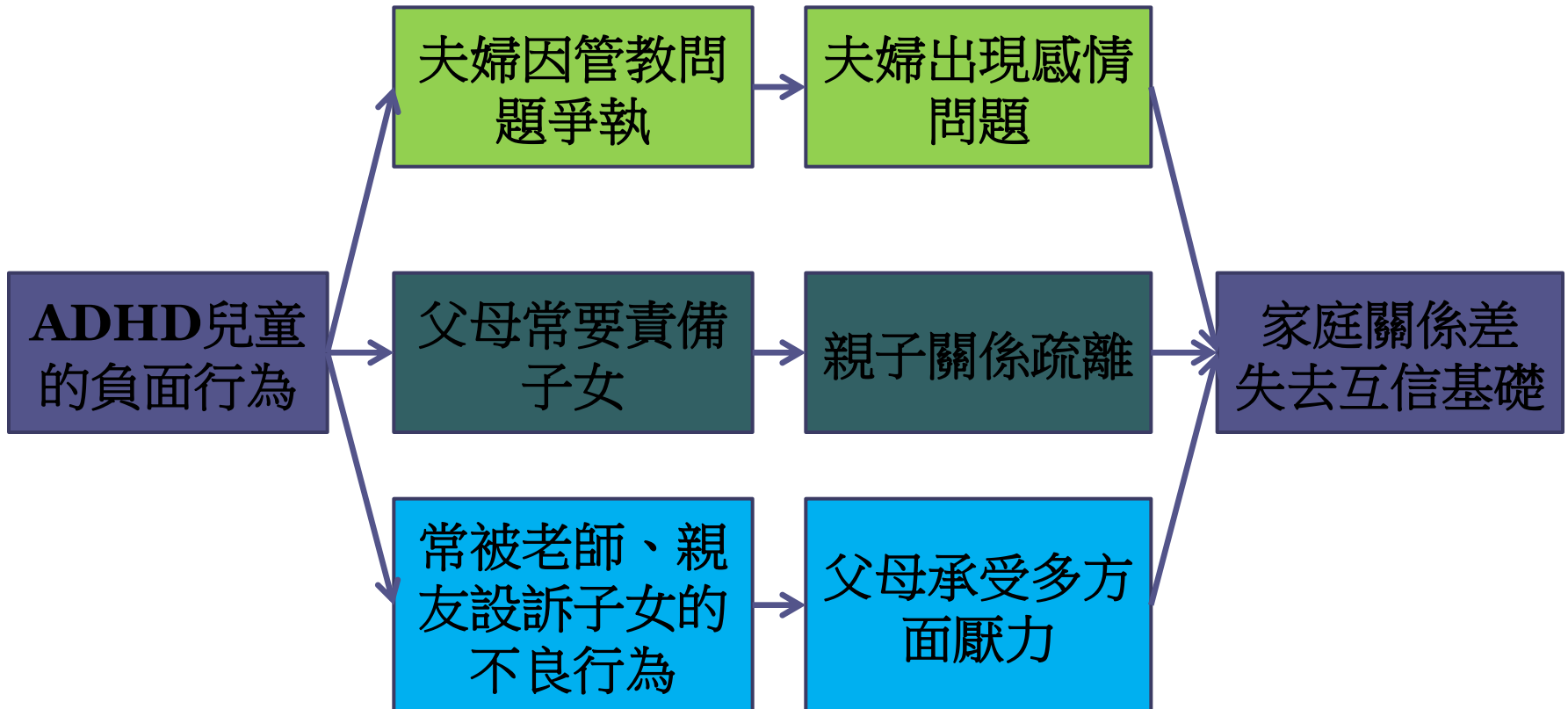
ADHD 延醫的後果

對兒童的影響



ADHD 延醫的後果

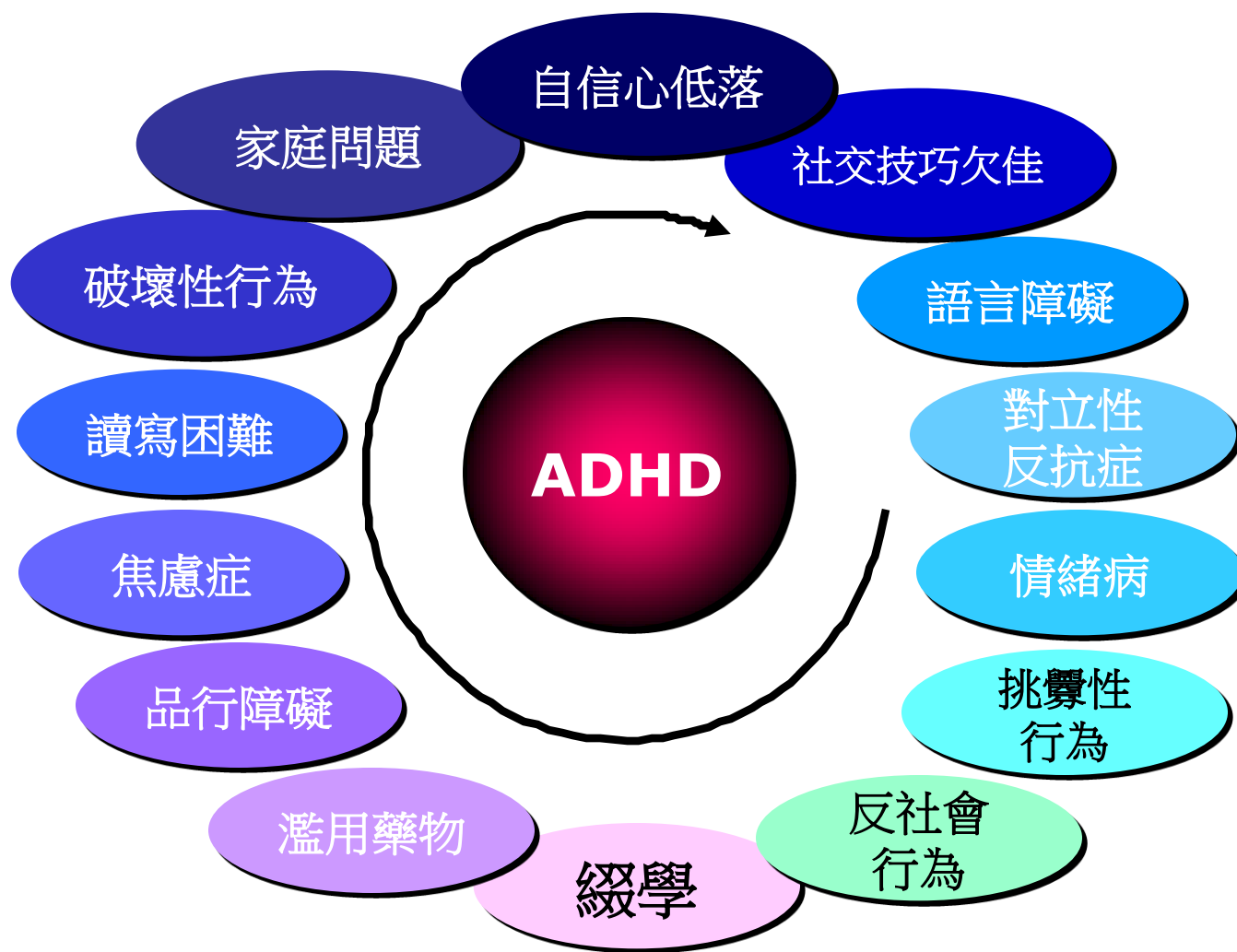
對家庭的影響



ADHD的延續

- u 65%的孩子長大成人後，症狀會仍然持續
- u 他們的好動現象雖然消失，但注意力不集中及衝動症狀仍然存在
- u 這些症狀嚴重影響孩子日後的工作效率，生活質素及人際關係
- u 部份的孩子可能因為自信心低落，長期被同輩排擠及與家人關係差劣而淪為不良青少年或發展出反社會行為、情緒障礙或藥物濫用等問題

長遠併存的問題



我們應如何處理ADHD?



ADHD 治療

- 行為治療
- 藥物治療



- 行為矯正/生活技巧訓練
 - 家中工作環境安排，減少分心機會
 - 訂下清楚行為目標，獎罰制度
 - 教學配合

專注力訓練

- 視覺專注訓練 (**Visual Attention**)
- 聽覺專注訓練 (**Auditory Attention**)
- 日常專注遊戲

ADHD 治療

- 藥物治療
- 行為治療



服藥後脫胎換骨 花兩年力追 過度活躍女生考入中大

【本報訊】一個經常考包尾、上課時愛印腳的學生，多會被歸納為懶的一群。18歲的謝樂宜從小背上「懶學生」這個罪名，卻無人發現原來她是因為過度活躍症及專注力失調作怪，幾乎在責罵聲中埋沒了天份。直至中四那年，謎底揭開，在藥物治療下，樂宜脫胎換骨，以兩年時間力追新高中課程，終在文憑試奪得兩科5**，成功考入中文大學，昨獲尤德爵士紀念基金頒發殘疾學生獎學金表揚。

記者：歐陽子瑩

其實樂宜小時候已出現病徵。她讀幼稚園時最高紀錄要8個小時才完成功課，小學時更要做到凌晨，「默書前一晚抄好多次，第二日都可以完全唔記得，做功課坐喺度一個鐘淨係拎起支筆。」在大埔一間Band 1中學讀書的她，每年都徘徊全級最尾幾名，「老師成日鬧我懶、唔認真，我都覺得自己無藥可救。」

治療後首感功課的樂趣

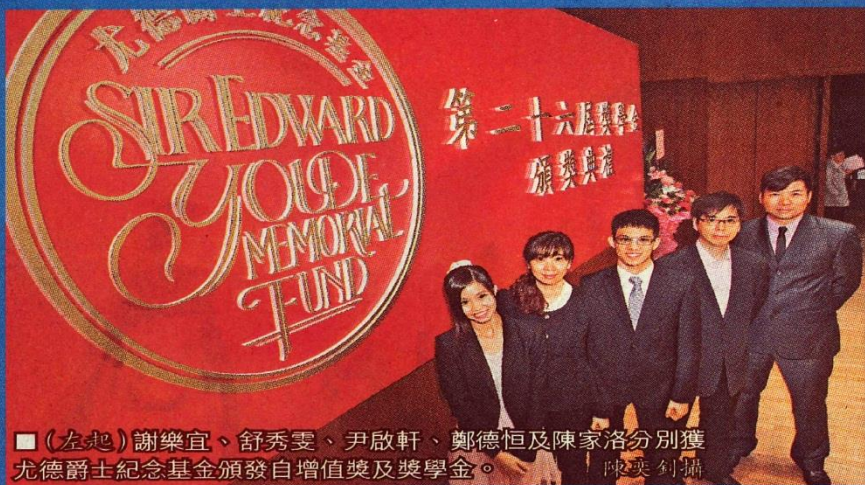
中三那年，學校開始催谷學生應付文憑試，樂宜如臨大敵，上學時經常肚痛，甚至邊上課邊哭，家人始發現有問題，帶她看兒科，醫生隨即轉介她看兒童

心理，中四時被診斷患有過度活躍症及專注力失調，「啲刻好開心！原來唔係我嘅錯。」她開始服藥治療，笑言首次感受到功課的樂趣，「做數學題做到唔願起身」。

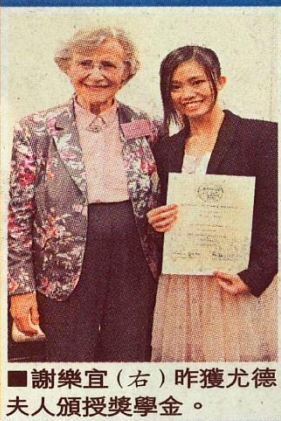
為追回進度，樂宜幾乎足不出戶溫習，終在文憑試考獲佳績，中文及中國文學均考獲最高的5**級，中史亦有5*級，去年入讀中文大學，修讀中國語言及文學。現時仍要服藥控制病情的她表示，希望出書分享自己的經歷，將來當老師弘揚中國文化之餘，更要照顧有特殊需要的學生。

母冀學校加強辨識病童

樂宜的媽媽謝太昨陪女兒一同領獎，感動之餘亦有點自責，自覺耽誤了女兒的學習，「我哋唔識，老師又唔知，以為佢由細到大都係做功課做得慢。」謝太期望學校可以加強辨識過度活躍症學童，及早發現更多受病患影響的「懶學生」。尤德爵士紀念基金今年撥款672萬，獎勵約900名學生、在職人士及學徒。



■(左起)謝樂宜、舒秀雯、尹啟軒、鄭德恒及陳家洛分別獲尤德爵士紀念基金頒發自增值獎及獎學金。陳奕釗攝



■謝樂宜(右)昨獲尤德夫人頒授獎學金。

家長對ADHD治療的迷思

阿仔啲行為真係好似ADHD，但係都係觀察多一陣先決定醫唔醫...可能過一年半載無事呢...

我帶個仔去睇醫生，咪即係承認佢有病! 俾人睇到佢食藥，會歧視我個仔...

我個仔咁細就叫佢食藥，會唔會好多副作用架...會唔會食到鈍左架...大左又會唔會身體唔好...

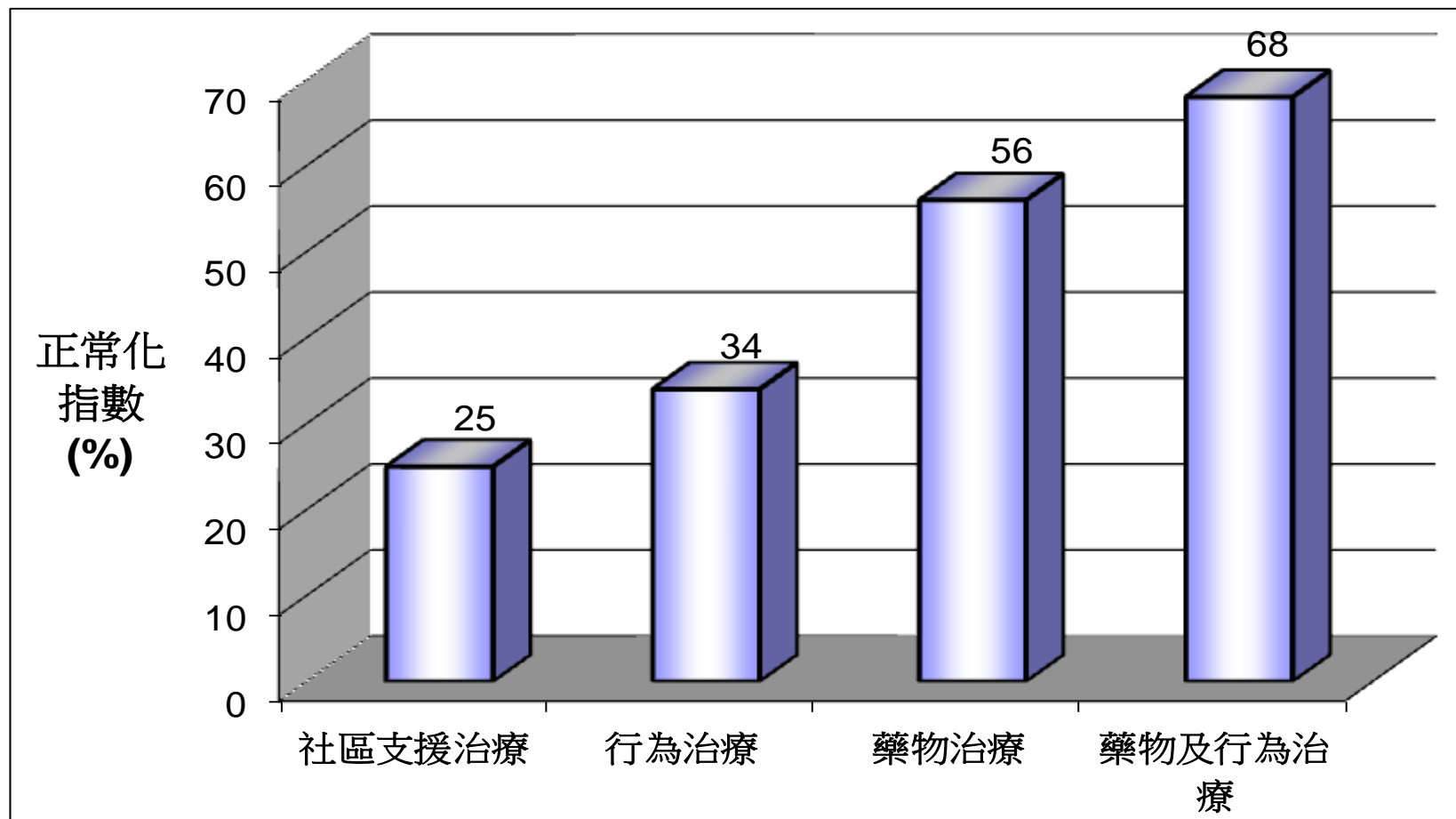
聽講有個音樂治療班，唔知會唔會好過食藥呢?



ADHD 治療方法- 病徵之正常化指數

MTA 研究

(The Multimodal Treatment Study of Children with ADHD)



藥物治療

常用的藥物包括**鹽酸甲酯**，去甲腎上腺素再吸收抑制劑等等

鹽酸甲酯(Methylphenidate) 簡介

- 是許多醫生用藥的第一選擇，也是香港僅有的刺激中樞神經藥物
- 已經被世界各地廣泛使用超過四十年以上，藥效及安全性已經過長時間驗證
- 起效快，服藥後約1-2星期可見病情改善
- 約七成至八成患者在接受藥物治療後，情況有明顯改善



新一代藥物治療

	藥效
傳統短效型鹽酸甲酯	4小時 (每日服三次)
新一代長效釋放劑型鹽酸甲酯	12小時 (每日一次)

新一代長效釋放劑型鹽酸甲酯的優點

- 每天只需服用一次，家長可於小朋友上學前讓他們服用，療效可維持12小時
- 避免小朋友忘記服藥的問題
- 避免孩子因經常於同學面前服藥而感到自卑和尷尬
- 避免孩子因常服藥而覺得麻煩反感，同時父母不用常常督促服藥，照顧相對輕鬆
- 副作用較少

藥物可能帶來的副作用

- 大都屬輕微及短暫
- 療程開始初期患者可能會無胃口、頭痛及失眠等情況
- 經醫生處理後一般都可以受到控制



The End