

اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط (ADHD) لدى الأطفال

نشرة معلومات عن حالة مرضية صدرت في حزيران / يونيو ٢٠٢٢

ما هو؟

إن اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط (ADHD) هو اضطراب نمائي شائع يؤثر على كيفية تصرف الأشخاص. قد لا يتمكن الأطفال المصابون باضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط (ADHD) من الجلوس بلا حراك. وقد يتململوا ويقاطعوا الآخرين ويتصرفوا باندفاع. كما قد يكون من الصعب عليهم التركيز أو إتمام المهام أو اتباع الأوامر. قد يعاني المراهقون كذلك من تقلبات في المزاج، والشعور بالنقص والإقدام على المجازفة. كما وقد تتأثر واجباتهم المدرسية. إن الشخص المصاب باضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط (ADHD) قد تظهر عليه بعض تلك الأعراض أو جميعها. ولا تزال الأسباب غير معروفة حتى الآن.

غالبًا ما يتم تشخيص اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط (ADHD) عندما يكون الطفل في سن المدرسة. بينما يمكن أن يتم إعلام البالغين بأنهم مصابون في مرحلة لاحقة من العمر.

إذا كان طفلك مصابًا باضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط (ADHD) فسيقوم طبيبك العام بوضع خطة للعلاج. يساعد العلاج في دعم الطفل والسيطرة على أعراضه. وتشتمل خيارات العلاج على العلاجات السلوكية وتدريب الوالدين والأدوية (للأطفال الأكبر سنًا).

ما الذي سيقوم به طبيبي العام الآن؟

سيقوم طبيبك العام بإحالة طفلك لأخصائي أطفال أو أخصائي علم نفس نمائي من أجل التشخيص.

إذا لم يكن طفلك قد دخل المدرسة بعد، فقد يقترح عليك طبيبك العام بأن تراقب وتنتظر حتى يصل طفلك إلى مرحلة السنوات المدرسية الأولى. حيث لا تستخدم الأدوية في علاج الأطفال الصغار.

إذا كان طفلك قد دخل المدرسة فقد يقوم طبيبك العام بإحالتك إلى أخصائي للتقييم والمعالجة. فإذا كان طفلك يعاني من مشاكل في النطق أو من مشاكل في اللغة أو من تأخر فيها فقد يقوم طبيبك العام بإحالتك لإجراء تقييم نمائي.

كما قد يقترح عليك طبيبك العام خدمة الإرشاد النفسي أو مجموعات الدعم إذا كان ذلك مناسبًا.

إذا كانت أعراض طفلك شديدة، فقد يقترح طبيبك العام أيضًا الدعم في مجالات القراءة والكتابة والحساب والمهارات الاجتماعية. قد يقوم طبيبك العام بتقييم صحة طفلك وعلاج أية مشاكل لديه. كما قد يقوم بفحص مستويات الحديد لدى الطفل ونظامه الغذائي والتحري عن مشاكل النوم ومساعدتك على تحسين النوم الصحي لدى طفلك.

ما الذي سيقوم به طبيبي العام في المستقبل؟

قد يقوم طبيبك العام بالإطمئنان عليك وعلى طفلك بشكل متكرر لمعرفة تطور وضعه. وإذا كانت لدى طفلك مشاكل جديدة في النطق أو اللغة، فقد يقوم طبيبك العام بإحالتك لإجراء تقييم نمائي.

وسيستمر طبيبك العام في الإطمئنان على صحة طفلك وتطور حالته على المدى الطويل. كما سيقوم بإحالة طفلك إلى أخصائي إذا لم تتحسن الأعراض لديه.

ماذا بوسعي أن أفعل؟

اعرف معلومات عن اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط (ADHD) وشارك في رعاية طفلك. اتبع النصائح التي يقدمها لك طبيبك العام. اطرح الأسئلة إذا كنت غير متأكد من شيء ما. تعاون مع مدرسة طفلك. وقابل المدرسين لتسألهم عن أحوال طفلك. كن والدًا فاعلاً ومحبًا ولا تلقي باللوم على طفلك، فالذنب ليس ذنبهم، كما وأنهم غير قادرين على التحكم دائمًا بأفعالهم.

انضم إلى مجموعات الدعم وتواصل مع آباء وأمهات آخرين ممن يخوضون تجربة مماثلة لتجربتك. اسأل طبيبك العام عن الدعم المحلي. ركز على الحياة بشكل صحي. واحرص على أن يتبع طفلك نظامًا غذائيًا صحيًا، وأن ينام ثماني ساعات كل ليلة وأن يتحرك كل يوم.

ما هي الأسئلة التي يمكنني أن أطرحها على طبيبي؟

مع من يمكنني التحدث للحصول على المساعدة؟ من هم الأخصائيون الذين ينبغي على طفلي أن يراجعهم؟

ما هي خيارات العلاج؟ كيف يمكنني دعم صحة طفلي على النحو الأفضل؟

ماذا على أن أقول لطفلي؟



اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط (ADHD) لدى الأطفال

ما هي أنواع الدعم المتاحة؟

Primary and Community Health - Child Psychology Services
(الصحة الأولية وصحة المجتمع - خدمات علم النفس للطفل).

تقدم هذه الخدمة الدعم للأطفال والقائمين على رعايتهم من خلال مجموعة من العيادات. اطلب من طبيبك العام إحالتك.

SWSLHD Youth Health Services خدمات SWSLHD لصحة اليافعين

تقدم خدمات SWSLHD لصحة اليافعين الإرشاد النفسي المجاني للشباب الذين تتراوح أعمارهم بين ١٢ و ٢١ عامًا. اتصل بأحد المراكز التابعة لهذه الخدمات واطلب التحدث إلى موظف القبول فيها:

- The Corner Youth Health Service (Bankstown) خدمة ذا كورنر لصحة اليافعين (بانكستاون): الهاتف ٠٢ ٩٧٣٦ ٨٦٣٣
- The Fairfield Liverpool Youth Health Team (FLYHT) فريق فيرفيلد ليفربول لصحة اليافعين (FLYHT):
الهاتف ٠٢ ٨٧١٧ ١٧١٧
- Traxside (Campbelltown) - تراكس سايد (كامبلتون): الهاتف ٠٢ ٤٦٢٥ ٢٥٢٥

headspace هيد سبيس

تقدم مؤسسة headspace مجموعة من أنواع الدعم للشباب الذين تتراوح أعمارهم بين ١٢ و ٢٥ عامًا. لدى المؤسسة العديد من المراكز المحلية. ويستطيع الأطفال ممن تتراوح أعمارهم بين ١٢ و ١٥ عامًا الاتصال ب headspace على الرقم ١٨٠٠ ٦٥٠ ٨٩٠.

خط مساعدة الأطفال (KidsHelpline)

هو خط مساعدة لمن هم بين عمر الخامسة و ٢٥ عامًا. الهاتف ١٨٠٠ ٥٥١ ٨٠٠.

خط الصحة النفسية

وهي خدمة الاتصال الهاتفي المتوفرة ٢٤ ساعة، على مدار الأسبوع. الهاتف ١٨٠٠ ٠١١ ٥١١.

أخصائون قطاع خاص

يمكنك أيضًا اختيار أخصائيين خاصين. ويمكن لطبيبك العام إحالتك.

أين يمكنني معرفة المزيد؟

- Royal Children's Hospital Melbourne (المستشفى الملكي للأطفال في ملبورن) - اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط (ADHD): rch.org.au
- ADHD Australia (مؤسسة اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط الأسترالية): adhdaustralia.org.au
- National Institute of Mental Health (المعهد الوطني للصحة العقلية) - اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط: nimh.nih.gov