

Khái niệm chung

Rối loạn tăng động giảm chú ý (ADHD) là một chứng rối loạn phát triển thường gặp mà ảnh hưởng đến cách người ta cư xử. Trẻ mắc chứng ADHD có thể không ngồi yên được. Trẻ có thể bồn chồn, cắt lời người khác và hành động bốc đồng. Trẻ có thể gặp khó khăn trong việc tập trung, khó hoàn thành nhiệm vụ và làm theo các chỉ dẫn. Thanh thiếu niên cũng có thể có tâm trạng thất thường, lòng tự trọng thấp và làm những hành động rủi ro. Việc học của các em có thể bị ảnh hưởng. Người bị ADHD có thể biểu hiện một số hoặc tất cả các triệu chứng này. Người ta vẫn chưa rõ nguyên nhân là gì.

ADHD thường được chẩn đoán khi trẻ ở độ tuổi đi học. Người lớn vẫn có thể được cho biết rằng họ mắc bệnh này khi đã lớn tuổi hơn.

Nếu con quý vị bị ADHD, bác sĩ đa khoa của quý vị sẽ lập kế hoạch điều trị. Việc điều trị giúp hỗ trợ cho con quý vị và kiểm soát các triệu chứng. Các phương án điều trị bao gồm liệu pháp hành vi, hướng dẫn cho cha mẹ và dùng thuốc (đối với trẻ lớn hơn).

Bác sĩ đa khoa của tôi sẽ làm gì vào lúc này?

Bác sĩ đa khoa của quý vị sẽ chuyển con quý vị đến bác sĩ nhi khoa hoặc bác sĩ tâm lý học về phát triển để họ chẩn đoán. Nếu con quý vị chưa đi học, bác sĩ đa khoa của quý vị có thể đề nghị quý vị theo dõi và đợi cho đến khi trẻ bước vào những năm học đầu đời. Thuốc không được dùng cho trẻ nhỏ.

Nếu con quý vị đang đi học, bác sĩ đa khoa của quý vị có thể chuyển quý vị đến một bác sĩ chuyên khoa để đánh giá và điều trị. Nếu con quý vị có vấn đề về lời nói hoặc ngôn ngữ hoặc chậm phát triển, bác sĩ đa khoa của quý vị có thể chuyển quý vị đến dịch vụ đánh giá về mức độ phát triển.

Bác sĩ đa khoa của quý vị có thể đề xuất các nhóm tư vấn hoặc hỗ trợ nếu phù hợp.

Nếu các triệu chứng của con quý vị ở mức nghiêm trọng, bác sĩ đa khoa của quý vị cũng có thể gợi ý những sự hỗ trợ cho các kỹ năng đọc, viết, toán và giao tiếp xã hội.

Bác sĩ đa khoa của quý vị có thể đánh giá sức khỏe của con quý vị và điều trị bất kỳ vấn đề nào. Họ có thể xem xét lượng sắt và chế độ ăn uống của con quý vị, kiểm tra các vấn đề về giấc ngủ và giúp quý vị cải thiện thói quen sinh hoạt về giấc ngủ của con quý vị.

Bác sĩ đa khoa của tôi sẽ làm gì trong tương lai?

Bác sĩ đa khoa của quý vị có thể hỏi thăm quý vị và con quý vị thường xuyên để biết tình hình của trẻ thế nào. Nếu con quý vị có vấn đề mới về lời nói và ngôn ngữ, bác sĩ đa khoa của quý vị có thể chuyển con quý vị đến dịch vụ đánh giá về mức độ phát triển.

Bác sĩ đa khoa của quý vị sẽ tiếp tục theo dõi sức khỏe và quá trình tiến triển của con quý vị trong thời gian dài. Họ sẽ chuyển con quý vị đến bác sĩ chuyên khoa nếu các triệu chứng của con quý vị không thuyên giảm.

Tôi có thể làm gì?

Tìm hiểu về ADHD và tham gia vào việc chăm sóc cho con quý vị. Làm theo lời khuyên từ bác sĩ đa khoa của quý vị. Hãy đặt câu hỏi nếu quý vị không chắc chắn về điều gì đó. Làm việc với trường học của con quý vị. Gặp các giáo viên của con quý vị để hỏi xem con quý vị thế nào. Hãy là một người cha/mẹ tích cực, tràn đầy tình yêu thương. Đừng đổ lỗi cho con quý vị. Đó không phải là lỗi của trẻ và không phải lúc nào trẻ cũng có thể kiểm soát được cách mình cư xử.

Hãy tham gia các nhóm hỗ trợ và kết nối với các bậc cha mẹ khác, những người cũng đang trải qua điều tương tự như quý vị. Hỏi bác sĩ đa khoa của quý vị về những sự hỗ trợ tại địa phương.

Tập trung vào lối sống lành mạnh. Hãy đảm bảo rằng con quý vị đang ăn một chế độ ăn uống lành mạnh, ngủ đủ tám tiếng mỗi đêm và vận động mỗi ngày.

Tôi có thể hỏi bác sĩ của mình những câu hỏi nào?

- Tôi có thể nói chuyện với ai để được giúp đỡ?
- Có những phương án điều trị nào?
- Tôi nên nói gì với con tôi?
- Con tôi nên gặp những bác sĩ chuyên khoa nào?
- Tôi có thể làm gì để hỗ trợ tốt nhất cho sức khỏe của con tôi?



ADHD ở Trẻ em

Có những hỗ trợ nào?

Dịch vụ Chăm sóc Sức khỏe Cơ bản và Sức khỏe Cộng đồng - Dịch vụ Tâm lý Trẻ em

Cung cấp sự hỗ trợ cho trẻ em và người chăm sóc của trẻ ở nhiều phòng khám. Hãy nhờ bác sĩ đa khoa chuyển tiếp quý vị.

Dịch vụ Sức khỏe Thanh thiếu niên SWSLHD (SWSLHD Youth Health Services)

Dịch vụ Sức khỏe Thanh thiếu niên SWSLHD cung cấp dịch vụ tư vấn miễn phí cho thanh thiếu niên từ 12-21 tuổi. Liên hệ với một trong các trung tâm của họ và yêu cầu được nói chuyện với nhân viên tiếp nhận: centres and ask to speak to their intake worker:

- Dịch vụ Y tế dành cho Thanh thiếu niên Corner (The Corner Youth Health Service) (Bankstown)
Điện thoại [02 9726 8633](tel:0297268633)
- Nhóm Y tế dành cho Thanh thiếu niên Fairfield Liverpool (Fairfi-eld Liverpool Youth Health Team - FLYHT)
Điện thoại [02 8717 1717](tel:0287171717)
- Traxside (Campbelltown) Điện thoại [02 4625 2525](tel:0246252525)

headspace

headspace cung cấp nhiều hỗ trợ đa dạng cho thanh thiếu niên từ 12 đến 25 tuổi. Có rất nhiều trung tâm ở địa phương. Trẻ em từ 12 đến 15 tuổi có thể gọi cho headspace theo số [1800 650 890](tel:1800650890).

Đường dây trợ giúp trẻ em (Kids Helpline)

Đường dây trợ giúp dành cho những người từ 5 đến 25 tuổi. Hãy gọi số [1800 551 800](tel:1800551800).

Đường dây Sức khỏe Tinh thần

Dịch vụ điện thoại hoạt động 24 giờ, bảy ngày một tuần, trên toàn tiểu bang. Hãy gọi số [1800 011 511](tel:1800011511).

Bác sĩ chuyên khoa tư

Các bác sĩ chuyên khoa tư cũng là một lựa chọn. Bác sĩ đa khoa của quý vị có thể chuyển quý vị.

Tôi có thể tìm hiểu thêm ở đâu?

- Bệnh viện Nhi đồng Hoàng gia Melbourne (Royal Children's Hospital Melbourne) – Rối loạn Tăng động Giảm Chú ý (ADHD): rch.org.au
- ADHD Úc (ADHD Australia): adhdaustralia.org.au
- Viện Sức khỏe Tâm thần Quốc gia (National Institute of Mental Health) – Rối loạn Thiếu tập trung/Tăng động: nimh.nih.gov

Thông tin này dành cho người đã nhận được chẩn đoán từ bác sĩ của họ. Thông tin không được thiết kế để dùng cho việc chẩn đoán tình trạng bệnh hoặc thay thế cho việc chăm sóc y tế lâu dài

Tờ thông tin Danh mục Nguồn lực Y tế được xác nhận bởi Ủy ban Cố vấn Cộng đồng thuộc Mạng lưới Y tế Cơ bản Tây Nam Sydney và các bác sĩ đa khoa tại địa phương

phn
SOUTH WESTERN
SYDNEY

An Australian Government Initiative