

儿童注意缺陷多动障碍 (ADHD)

健康状况信息单
2022年6月发布

这是什么？

注意缺陷/多动障碍 (ADHD) 是一种常见的发育障碍, 会影响人的行为方式。患有ADHD的儿童可能无法保持不动, 可能会坐立不安, 隔绝他人, 行为冲动。他们可能很难集中注意力, 完成任务及遵从命令。十几岁青少年时期可能会有情绪波动、低自尊及做事冒险。孩子的学习也会受到影响。患有ADHD的人可能有一些或全部这些症状。病因尚不清楚。ADHD通常在学龄期诊断出来。长大成年后仍可能会被告知患有ADHD。

如果你的孩子被诊断患有ADHD, 家庭医生会制定一个治疗计划。治疗有助于支持你的孩子并管理症状。治疗选项包括行为疗法、父母培训和药物治疗 (用于大一点儿的孩子)。

家庭医生现在会做些什么？

家庭医生会将孩子转诊至儿科医生或发育心理学家进行诊断。

如果孩子还没有上学, 家庭医生可能会建议你观察并等到他们读低年级。不会给幼儿使用药物。

如果孩子已经上学了, 家庭医生可能会转介至专科医生进行评估和治疗。如果孩子有言语或语言问题或发育迟缓, 家庭医生可能会转介进行发育评估。

在适当的情况下, 家庭医生可能会建议心理辅导或支持小组。

如果孩子的症状很严重, 家庭医生还可能建议在阅读、写作、数学和社交技能方面获得支持。

家庭医生可能会评估孩子的健康状况并治疗任何问题。医生可能会检查孩子的铁水平和饮食, 检查睡眠问题, 并帮助你改善孩子的睡眠卫生。

家庭医生将来会做些什么？

家庭医生可能会经常与你和孩子见面, 查看孩子的情况如何。如果孩子有新的言语和语言问题, 家庭医生可能会转介你的孩子进行发育评估。

家庭医生将长期查看孩子的健康和进展情况。如果孩子的症状没有好转, 医生会将你的孩子转介至专科医生。

我能做些什么？

了解ADHD并参与你的孩子的护理。遵循家庭医生给你的建议。如果对什么事不确定, 请提出问题。与孩子的学校合作, 与孩子的老师会面, 询问孩子的情况如何。做一个积极、有爱心的父母。不要责怪孩子。这不是他们的错, 孩子不是总能控制自己的行为方式。

加入支持小组, 与其他与你同样经历的父母联系。向家庭医生询问本地支持服务。专注于健康的生活。确保孩子吃健康的饮食, 每晚睡八小时, 并每天运动。

我可以问医生什么问题？

- 我可以向谁寻求帮助？
- 都有哪些治疗方案？
- 我应该告诉我的孩子什么？
- 我的孩子应该看哪些专科医生？
- 我怎样才能最好地支持我孩子的健康？



儿童注意缺陷多动障碍 (ADHD)

都有哪些支持？

初级和社区健康 - 儿童心理服务

在多个诊所为儿童及照顾者提供支持。请让家庭医生为你转介。

SWSLHD青年健康服务

SWSLHD青年健康服务为12-21岁的年轻人提供免费心理辅导。请联系他们其中的一个中心或咨询他们的登记人员。

- The Corner青年健康服务 (Bankstown): 致电 [9796 8633](tel:97968633)
- Fairfield Liverpool青年健康小组 (FLYHT): 致电 [8717 1717](tel:87171717)
- Traxside (Campbelltown): 致电 [4625 2525](tel:46252525)

headspace

headspace为12至25岁的年轻人提供一系列支持。设有多个当地中心。12至15岁的儿童可拨打[1800 650 890](tel:1800650890)联系headspace。

儿童帮助热线

5至25岁的帮助热线。致电: [1800 551 800](tel:1800551800)。

心理健康热线

在全新州范围内每周七天, 每天24小时提供电话服务。致电: [1800 011 511](tel:1800011511)。

私人专家

私人专家也是一种选择。家庭医生可以为你转诊。

在哪里可以了解更多信息？

- 墨尔本皇家儿童医院 - 注意缺陷多动障碍 (ADHD): rch.org.au
- 澳大利亚ADHD学会: adhdaustralia.org.au
- 国家心理健康研究所 - 注意缺陷/多动障碍: nimh.nih.gov

本信息供获得医生诊断的人浏览。本信息不旨在用于诊断疾病或替代持续的医疗护理。

健康资源目录信息单获得悉尼西南区PHN的社区咨询委员会和本地家庭医生的认可。

phn
SOUTH WESTERN
SYDNEY

An Australian Government Initiative