

## 坐不住,注意力不集中,学习困难

# 五年级男生被诊断为多动症

## 专家提醒:当孩子有多动症表现时,要及时就医

□记者 岑瑜

孩子上课坐不住、爱走神、小动作多、写作业困难……不少家长因孩子过于“好动”而烦恼不已。近日,记者从舟山医院精神科了解到,家长如果不了解多动症,只一味责备孩子上课不认真,最终会耽误孩子的学习和生活。医生提醒,我国多动症患儿的就诊率还不到20%,如果孩子出现相关症状,需及时到正规医疗机构就诊。



### 原来是多动症惹的祸

小泽(化名)是一个五年级男生。半年前,班主任发现小泽上课坐不住,还爱走神发呆,有时候提醒他一下,孩子立即有所改正,但没多久又低着头玩起了手指,甚至与邻座的同学讲话,所有学科老师都向班主任反映小泽课堂纪律差,上课不听讲。班主任建议小泽的妈妈带孩子去医院检查一下,是否患有多动症。小泽的妈妈当时不以为然,认为是孩子调皮捣蛋,在家里再三告诫孩子上课要认真听课,不要开小差。

渐渐地,小泽的妈妈发现孩子的注意力越来越不集中,跟他讲几句话的工夫,也会走神、坐不住,同时成绩也越来越差。

小泽的妈妈遂带孩子到舟山医院精神科门诊就诊,医生检查后诊断小泽为典型的注意力缺陷多动障碍。

### 6岁后多动症需药物治疗

舟山医院精神科主任医师张友定介绍,注意力缺陷多动障碍也就是人们常说的多动症,是一种常见的神经发育性障碍,大多发生在学龄前儿童,70%的症状持续到青春期,30%左右会持续到成年期。“患儿的年龄从五六岁到十来岁不等,以男孩居多。多动症的患病率在5%左右。在舟山医院精神科门诊,多动症患儿的比例学生群中至少占到6%,是比较常见的。”

张友定表示,不少家长在发现孩子有多动或注意力不集中的倾向后,第一时间带孩子去的往往不是医院,而是各种专注力培训班或感统训练班,训练收效甚微后,不得已来医院的。

据介绍,各国儿童多动症诊疗指南的一致意见是,多动症患者6岁以前主要是靠行为训练和行为管理来矫正,到6岁以后则首选药物治疗。

提到药物治疗,家长们不免会对孩子服用精神类药物顾虑重重,

生怕会有副作用。“目前,我国多动症患儿的就诊率还不到20%,而其中的患儿家长能接受药物治疗的只占30%。归根结底,还是人们的观念跟不上。”张友定表示,治疗多动症的精神类药物,从上世纪七八十年代就开始使用,已经过数十年的验证,疗效确切。小泽治疗一周后,注意力明显提高,成绩也跟着上来了。

张友定表示,孩子只要是在医生指导下科学合理用药,是不用担心用药安全问题的。相反,多动症患者如果不及治疗,不仅学习成绩不理想,心理上还会出现压抑、抑郁和自卑等情绪,且这种没有成就感的状态会伴随孩子整个成长岁月。另外,多动症患者经常会遭到老师、家长的批评、训斥,很容易导致人格发育不健全。

张友定提醒家长,如果孩子学习很吃力,作业总完不成,常常被老师批评,且已明显影响了正常的学习生活和社会交往时,就需要及时到正规医疗机构就诊。

### 延伸阅读

多动症对孩子危害极大,了解多动症的临床表现对于孩子及时得到医治很有帮助。儿童多动症有以下临床表现:

1. 激活性: 心情不稳,易激惹,固执,自我控制能力差;易受外界刺激而过度振奋,易受波折;行为不考虑结果,呈现危险或破坏性行为,事后不会吸取教训。

2. 学习困难: 首要表现为学习成绩低下。多动症患者智力是正常或基本正常的,学习困难的因素与注意力不集中、多动有关;智力水平中下的严重多动症患儿在学龄早期就可呈现学习困难,智力水平较高、多动表现较轻的,在初中阶段才呈现学习困难。

3. 神经系统发育障碍: 有对折摆布患儿可见有神经系统软体征,表现为快速轮替动作笨拙,共济活动不协调,不能直线行走,闭目难立,精密运动不灵敏;有些患儿可有视觉-运动障碍、空间方位觉障碍等。

## 儿童身材矮小、性早熟、行为发育异常怎么办?

# 这场儿童生长发育专科义诊帮您解答

□记者 岑瑜 通讯员 叶青盛

孩子长得有点胖,会不会影响生长? 身高体重都不如同龄人,是矮小症吗? 儿童的生长发育及身高问题一直是社会和家庭关注的焦点。7月23日下午,由人民日报社《健康时报》主办,舟山医院承办的“中国儿童生长发育健康传播行动”大型公益义诊活动在舟山医院举行,普及全民儿童健康知识,助力儿童健康快乐成长。

随着生活水平的提高和生活方式的转变,矮小症、肥胖症、性早熟等内分泌疾病严重影响儿童的生长发育。大多数矮小儿童有不同程度的自卑、抑郁、内向、社交退缩等心理和行为障碍,影响到升学、就业、交际、婚姻等一生的生活质量。

“我儿子7岁,体重才39斤,很担心他的骨骼发育……”“孩子最近都没怎么长高,愁死了!有什么办法可以增高?”“我的孩子能吃能睡就是不长肉,怎么办呀?”面对家长们的各种困惑,宁波市妇女儿童医院儿童内分泌与遗传代谢科专家丁曙霞为孩子们作了细致的检查和全面的生长发育评估,同时给予孩子生长发育个性化指导。

陈女士很担心8岁6个月大的女儿,“她好像有乳沟了,这是不是性早熟的迹象?”经过现场骨龄检测观察后,专家告诉陈女士,其女儿的骨龄只有8岁1个月,尚属正常范围,“你说的乳沟是孩子有点胖,没事的,不过每个月都要给孩子测量一下身高,督促孩子加强锻炼。”

快捷骨龄检测机前,前来就诊的孩子排起了长队。当日一起参与义诊的还有舟山医院儿科内分泌专家杜春晖、俞晓燕等。专家们认真查看每个孩子的检查资料,仔细询问出生史、生长规律,对骨龄片进行专业判读,并对孩子的生长发育潜力、成年身高进行科学预估,根据孩子的自身特点给出了专业、详实、精准的治疗方案。

对目前身高不太理想的孩子,家长要动态监测孩子的身高、体重,从营养、运动、睡眠三个方面进行干预。杜春晖表示,担心孩子骨骼发育的家长,一定要注意孩子的睡眠时间,以及孩子是否进行适当合理的运动。“我们建议,晚上9点半之前

入睡,平日多进行跳绳、游泳、拉伸等运动。尤其青少年时期是生长发育非常重要的阶段,如果这个时期出现的不良状况没有得到及时救治,将影响孩子今后的工作、生活。”

儿童身材矮小是可以治疗的,早期进行正规治疗可最大限度提高矮小症患儿的成年身高。“至于如何让孩子科学长高,家长们要关注孩子的身高,每3个月对孩子身高进行测量,一旦发现孩子身高增长速度减缓,及时就诊咨询。”杜春晖表示。

此外,杜春晖也提醒家长,孩子的生长发育需要专业医生长期持续地进行跟踪治疗。不管哪种原因导致的矮小都要进行早期诊断和治疗,孩子年龄越小,骨髓的软骨层增生及分化越活跃,孩子生长的潜力及空间越大,对治疗的反应越敏感,生长效果越好。作为父母,一定要密切关注孩子的生长状况,但也应避免以下误区:勿盲目听信广告宣传的增高产品,勿听信非正规医院的宣传而盲目就诊或错误治疗,勿盲目认为孩子个矮是晚发育或晚长,也不要盲目等待,以免贻误治疗时机。

据统计,当天共有160个3~16岁的青少年儿童参与诊疗,得到个性化干预方案及生长发育指导,其中30个发育明显异常的儿童接受专家们联合会诊。据悉,现场有七八个孩子被诊断为矮小症,需要进行干预治疗。

### 延伸阅读

如果您的孩子有以下情况,要及时进行干预:

1. 孩子个子矮身高不理想: 比同龄儿童矮半个头、一直坐在班级前几排。

2. 孩子早发育: 女孩8岁前乳房发育或10岁前月经来潮; 男孩9岁前开始睾丸阴茎明显发育。

3. 3岁前年生长速率小于7厘米,3岁至青春期前,生长速率小于5厘米,青春期身高年均涨幅不足6厘米。

4. 0~3岁孩子肥胖或者偏食,喂养困难,营养不良者。

5. 孩子内向、情绪不稳定,社交障碍,抑郁自闭心理。