



**注意力缺陷過動(ADHD)**一般來說，過動的行為隨年齡的增加會逐漸消失，但如果在小時候沒有給予正確及有效的協助，可能造成其學習上的遲緩，及衝動過動的行為所造成的人際關係不佳，這些都會影響到他們的自信心。而藥物的治療對於 ADHD 的效果，已有研究證明藥物的治療是最有效和基本的治療方式，因此我們將詳細介紹有關注意力缺陷用藥的基本知能。



### ◎ADHD 藥物介紹：

一般來說，台灣目前使用的藥品為中樞神經興奮劑 **methylphenidate**。這個藥品從 1937 年使用至今，是治療過動症的首要藥物。**利他能、專司達**，這兩種藥物，都是屬**中樞神經興奮劑**，使用此類藥品的小朋友，八成以上可以改善其注意力不集中、衝動與人際衝突的症狀。而且小朋友的社會性互動及人際關係也都會有改善。而藥物本身不會造成嗜睡，也沒有成癮性的問題，為了讓小朋友的症狀獲得長期性的改善，建議不需在假日或是寒暑假停藥。



### ◎應以何種藥物治療：

利他能、專司達，都是同樣的成分，只是使用方法，藥效時間，使藥物產生作用而有所不同，以下是針對利他能和專思達做詳細介紹：

1、**利他能(Ritalin)**：屬於短效型的，藥物作用時間快，服用 30 分鐘開始產生作用，大約維持三-四小時，因此每天必須要使用兩到三次。所以小朋友在七點服藥，八點才開始產生作用，11 點後就開始沒效，如果中午吃飯後再吃下一顆，那麼，應該下午第一節後才開始作用，下午 3-4 點就沒作用。

2、**專司達(Concerta)**：屬於長效型的，服用 30 分鐘開始產生作用，藥效可以維持 12 小時，一天使用一次，對於容易忘記吃藥或是不方便一天使用多次藥物的小朋友，就比較適合專思達。



### ◎常見的副作用：

使用此類藥物常見的副作用是吃不下飯、失眠，以及腸胃不舒服。出現的機率通常很低，且也會在短期之內消失。簡易的解決方式，早上吃的好一點，特別是增加鈣質以及蛋白質的食物。如果小朋友真的食慾很不好，可以考慮晚一點再進食，或是小朋友食慾比較好的時候多補充一些肉類食物。也許短期會有體重減輕的可能，但目前所有研究都指出，藥物對小朋友長期的身高發育並不會帶來不良影響。



### ◎治療的時間與效果：

ADHD 是腦部成長發展上的不足，故其藥物劑量常因人而異，對於藥物的反應也不盡相同。簡單的說，這個鬧鐘需要三個電池，但是我們只提供兩顆電池的話，藥物是不會有作用的，所以不是一吃藥之後馬上，立刻就可以發揮藥效，如果是過動嚴重的，一般是高劑量有效，但對於沒有過動但只有注意力缺陷者，可能是低劑量才有效。

ADHD 是一種持續且長時間的疾病，所以治療需要一段時間，不要因為對藥物的誤解而錯失早期治療的機會。



“有改變，就有希望” 只要 0.01 的改變，可能創造成功的機會。

參考網站：ADHD 注意力不足過動症資料網 <http://www.adhd.club.tw/>。