

# ADHD新知

## 腦筋急轉彎

蔡佳叡醫師

中榮 兒童心智科

基本概念

藥物新知

陪伴輔導

# 注意力不足過動症 ADHD

Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder

不專注

過動

衝動

# 不專注

粗心大意

專注困難

像沒在聽

不照指示

計畫困難

逃避工作

遺失物品

容易分心

忘東忘西

# 過動

扭動不停

靜坐困難

爬上跑下

遊玩吵鬧

人肉馬達

說話過多

# 衝動

脫口而出

難以等待

貿然打斷

**盛行率**

**5~10%**

**就醫率**

**10~20%**

**性別比**

**2~6 :1**

**表現型**

**依性別不同**

# 診斷

$\leq 12$ 歲 →  $\geq 6$ 月 →  $\geq 2$ 環境

→ 功能損害 → 鑑別診斷 → 視情況檢查



# ADHD三部曲



# 治療

藥物 + 行為

學校 + 家庭

**ADHD腦部**

白質  
灰質  
前額葉  
胼胝體  
扣帶迴  
尾狀核  
小腦

**體積小於正常小孩**

**治療藥物幫  
ADHD孩子**

白質  
前額葉  
胼胝體  
扣帶迴  
小腦

**體積恢復正常**

**ADHD腦部**

紋狀體

前扣帶迴

前額葉皮質

顳葉

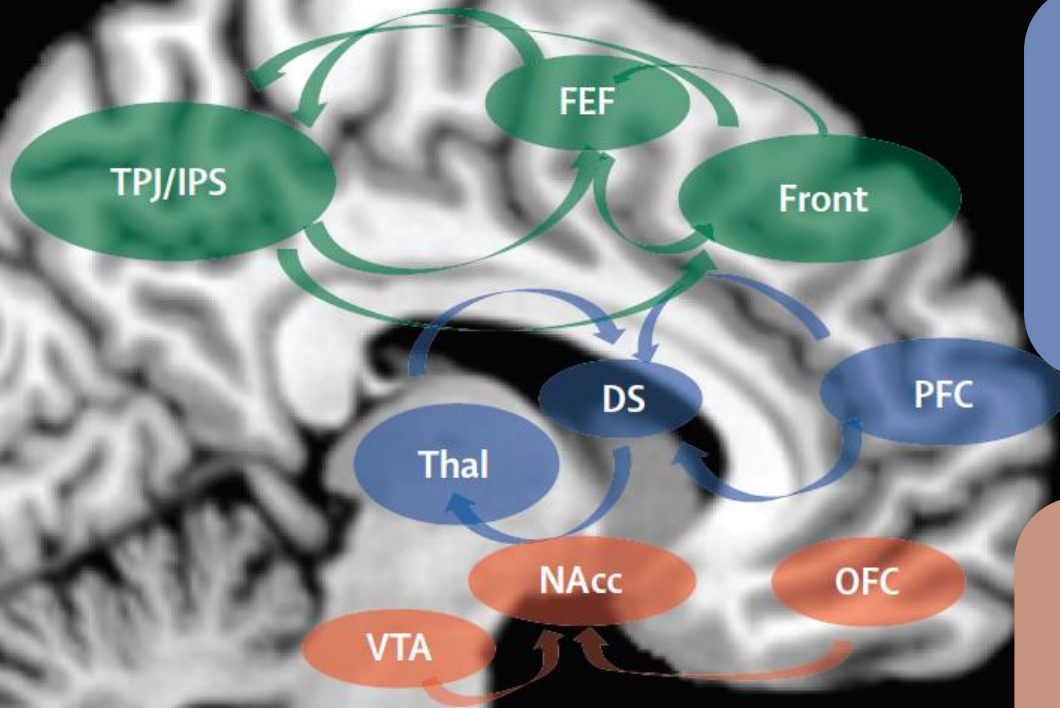
**功能下降**

**治療藥物幫  
ADHD孩子**

**功能獲得改善**

## 額葉頂葉迴圈

醒覺度,專注力  
外在物體的定向



## 背側額葉顛葉迴圈

抑制力  
回應選擇  
執行功能

## 中腦邊源系統迴圈

動機  
獎賞處理  
挫折,攻擊性

# 連結度下降

額葉皮質下方 <-> 紋狀體

小腦 <-> 頂葉下方

丘腦 <-> 扣帶回後方

## ADHD腦部

扣帶回前方腹側 <-> 前額葉皮質外側

杏仁核 <-> 前額葉皮質外側

## 治療藥物幫 ADHD孩子

## 改善連結

# 持續藥物治療

體積回復

改善記憶專注認知

連結回復

頂級期刊  
大規模研究

藥物治療  
在ADHD

↓43%意外

*Lancet Psychiatry, 2015*

↓34%頭部外傷

*JAMA Pediatrics, 2015*

↓31-85%毒品

*Pediatrics, 2014*

↓32-41%犯罪

*N Engl J Med, 2012*

↓43%自殺

*British Medical Journal, 2014*



# 好的回應方式

溫暖

清楚的限制/規則

依情境給建議

對挫折給回應

適當監督

# 親子時間

每天20-30分鐘高品質陪伴

全神貫注不分心

讓孩子選擇活動,加入孩子

鼓勵不批評

找出孩子優勢

# 聆聽

展現興趣

孩子版本

了解意義

情緒安撫與分享

理性教導

# 鼓勵與讚美

全神貫注

言之有物

身體接觸

立即回饋

熱情真誠

不加酸語

# 溝通

教懂孩子 > 處罰孩子

了解 引導 修正 反思

善用書寫的力量

自我對話 師生/親子交心

# 獎懲

獎勵不是條件交換

處罰只能短暫停止壞行為

教導勝於處罰

剝奪喜歡的東西效果較好

用喜歡的東西鼓舞效果更好

# 學習動機

正向鼓勵

尋找優勢

內化動機

就醫時機

觀察

溝通

執行

台灣兒童青少年精神醫學會  
兒童青少年身心科



# 藥物治療

並非每個孩子都需要  
開藥就表示真的需要  
吃藥非指其他不重要  
合併著治療最有療效

# 回家訊息

ADHD各類型、病程。診斷謹慎、治療全面

藥物對ADHD腦體積、功能、連結性的改善

如何教養、聆聽、鼓勵與引發孩子動機

**蔡佳叡** 醫師

barrybarlow117@yahoo.com.tw

中榮 兒童青少年身心科