

# Máte hyperaktívne dieťa?

Poznáte tú situáciu, keď nás temperament nášho dieťaťa oberá aj o posledné sily a pritom ono akoby fungovalo na samodobijateľné batérie?

Tešíme sa z toho, aké je naše dieťa životaschopné, smelé, aktívne. To, že nás často neposlúcha, je nepozorné, možno agresívne, pripisujeme dnešnej „uponáhľanej dobe“, tomu, že nemáme dostatok času na výchovu. Za takýmto správaním sa môže skrývať niečo viac. Možno aj naše dieťa má syndróm poruchy pozornosti s hyperaktivitou – v skratke ADHD. Pri syndróme ADD hyperaktivita chýba, vtedy sú deti viac utiahnuté do seba, unikajú z bežného života do denného snenia.

ADHD je definované súborom príznakov:

- Poruchy sústredenia – neschopnosť sústrediť sa na podrobnosti. Ťažkosti so zachovaním pozornosti pri plnení úloh alebo hre. Pri rozhovore sa zdá, akoby dieťa nepočúvalo. Často stráca veci, ktoré potrebuje. Je zábudlivé, ľahko sa rozptýli.
- Hyperaktivita – často sa s niečím pohráva, vrtí sa na stoličke. Začne pobeťovať bez ohľadu na situáciu. Nedokáže sa hrať potichu. Má zvýšený rečový prejav. Je neustále v pohybe.
- Impulzivita, netrpelivosť – vyhrkne odpoveď ešte pred dokončením otázky. Ťažko sa mu čaká, než príde na rad. Často ostatných prerušuje či vyrušuje. Agresívne správanie, neprimerane prudké reakcie aj na drobné podnety.
- Poruchy učenia – dysgrafia – porucha písania, dyslexia – porucha čítania, dyskalkúlia – porucha počítania.
- Poruchy motoriky
- Vývinové chyby reči

Podľa prevažujúcich príznakov sa rozoznáva:

Hyperaktívno – impulzívny typ, nepozorný typ a kombinovaný typ.

Jednotlivé symptómy hyperkinetického syndrómu môžeme pozorovať už v dojčenskom veku. Charakteristická je zvýšená aktivita, nepravidelný rytmus spania a bdenia alebo málo spánku a pritom veľa kriku a málo rozprávania.

ADHD je v detstve jednou z najčastejších psychiatrických porúch. Trpí ňou až 7% detí školského veku, chlapci sú postihnutí 2-3x častejšie ako dievčatá. Príčinou tohto syndrómu je malé a rozptýlené organické poškodenie mozgu. Zásadný, až 80% význam majú genetické faktory. Medzi vonkajšie vplyvy patrí napr. fajčenie a konzumácia alkoholu počas tehotenstva, komplikovaný a predčasný pôrod, úraz hlavy.

Porucha pozornosti a hyperaktivita nie sú choroby. Je to stav mozgovej činnosti, spôsob fungovania mozgu. Mozog je vtedy nastavený na nadmernú aktivitu, chýbajú tlmivé procesy mozgu, ktoré brzdia zvýšenú motorickú činnosť. Pri poruche pozornosti sú určité systémy mozgu oslabené alebo nezrelé.

Na ADHD by sme však nemali pozeráť len ako na deficit alebo poruchu. Tieto veľmi senzibilné deti majú aj svoje silné stránky. Väčšinou bývajú veľmi kreatívne a plné fantázie, vycítia náladu a oplývajú nesmiernou ochotou pomôcť. Majú obrovský zmysel pre spravodlivosť.

Diagnózu ADHD stanoví detský neurológ v spolupráci s psychológom, psychiatrom a špeciálnym pedagógom. Dg ADHD nemožno určiť pred tretím rokom, väčšinou sa ADHD diagnostikuje až v školskom veku, aj keď sú typické symptómy prítomné skôr.

V liečbe sa uplatňuje farmakoterapia – používajú sa lieky posilňujúce psychickú činnosť, sústredenie pozornosti, znižujúce psychomotorický nepokoj a impulzivitu. Dôležitú úlohu zohráva psychoterapia a poradenstvo, kedy dieťa, resp. rodičia dostávajú odborné rady, ako sa majú k problému stavať. Okrem farmakoterapie a psychoterapie v posledných rokoch vystupuje do popredia liečba pomocou EEG – biofeedbacku. Jej princípom je podporovať a posilňovať želanú „dobrú“ aktivitu mozgu pomocou jednoduchej počítačovej hry, s cieľom potlačiť prejavy hyperaktivity a nepozornosti.

Bez odbornej pomoci a pomoci zo strany učiteľov vedie ADHD postupom času k tomu, že sa deti cítia vyčleňované, iné, uzavreté a nemilované. V tých nešťastnejších prípadoch vypadnú deti s ADHD už veľmi skoro zo spoločenských vzťahov, sú náchylné pre každý druh závislosti, rozvíja sa u nich strach a depresie a dostávajú sa vďaka svojej ľahkej ovplyvniteľnosti rýchlo do tzv. „zlých kruhov“. Práve v škole je dôležité brať deti s ADHD s pochopením a senzibilitou. Je veľa možností pre učiteľov, ako uľahčiť deťom s ADHD účasť na vyučovaní.

Dnes je známe, že dieťa z ADHD syndrómu nevyrastie. Aj mládež a dospelí trpia svojou „inakosťou“ a potrebujú podporu.



**Všeobecná ambulancia pre deti a dospelých**

**MUDr. Monika Meňhertová**

Legionárska ul. č.2, Trenčín (nad lekárnou Ave-Maria)

0903 770 046, 032 64 02 144

ambulancia@menhertova.sk

WWW.MENHERTOVA.SK