

筆下心澄：野牛與火車

小白是家中獨子，父母自小對他呵護備至，在幼稚園時期，老師察覺小白十分活躍，他無法安靜地坐著，總是在課堂上不停移動，難以專注於任何一件事情上，而且時常亂衝亂撞，行為有點像在奔牛節裏狂奔的野牛。這讓他在學習環境中顯得格格不入，對於規則和紀律也難以遵守。小白的父母一開始只是認為小白比較好動和好奇，他們忽視了老師的建議而拒絕帶他看醫生。可是隨著年歲增長，小白的過動行為帶來的破壞力而隨之增加，父母漸漸也對孩子的行為困惑不解。他們常常感到疲憊和無助，不知該如何應對。

小白升上小學之後，問題非但沒有改善，反而日益惡化，老師或父母對他的教導時常像耳邊風一樣沒有聽見。老師經常向小白的母親投訴小白上課分心，不僅自己無法集中學習，也對其他同學造成滋擾。一些同學開始標籤他為問題學生，傾向與他保持距離。

小白在學業和社交上遇到了越來越多的困難，每天做功課的時候總是拖拖拉拉，難以把功課全部完成，經常表示不願意上學。經過學校社工的輔導，小白的父母開始明白問題的嚴重性，終於同意讓小白接受精神科評估，醫生診斷小白患有專注力不足／過度活躍症。

透過適當的藥物及行為治療後，小白的行為開始轉變，就像一列火車上了正確的軌道。他的自控能力明顯提升，較能夠遵守學校的規則和紀律，並且更加有信心專注於學習。漸漸地，他與同學和老師的關係也改善了很多。他的澎湃動能得到了引導，形成了一股積極進步的力量！

專注力不足／過度活躍症（Attention Deficit/ Hyperactivity Disorder, ADHD）是一種常見的神經發展障礙，在學兒童的發病率約為 5%。病徵包括身體活動量過多，衝動及注意力不足等行為問題。

這些徵狀會令兒童產生學習或人際關係上的困難，更有機會引致情緒問題或自信心及自我形象低落。及早診斷和正確治療可以幫助兒童克服過度活躍症的病徵，對兒童的健康成長和發展十分重要。

撰文：青山醫院精神健康學院副顧問醫生田毅華

(轉載自香港 01 | 筆下心澄 | 2025-02-25)

香港 01 網站連結：<https://www.hk01.com/sns/article/60213792>