



# 如何协助「专注力不足/过度活跃症」的孩子

## 药物篇

### 药物治疗对专注力不足/过度活跃症有甚么效用？

长期的医学研究已证实，药物治疗和附加行为治疗是医治专注力不足/过度活跃症最有效的治疗方法。药物能有效地减低孩子的活跃程度及其冲动行为，并增强孩子的专注力，使孩子能在一定时段内安静学习及工作；亦可减低孩子过激的情绪及攻击性行为，改善人际关系。

药物治疗亦有一定限制，它不能马上令孩子变得服从合作，亦不能增加情绪管理能力、社交技巧、课堂知识及学习能力等，更加不能提高学习动机。

孩子的行为及各种技巧，有赖家长及老师的管教及培养，家庭、学校及社会的配合等。医学研究也证实结合各方面的努力，才是最有效的治疗方法。

### 药物治疗应在什么年纪开始使用？

药物治疗需要经过医生的临床诊断及处方，才可开始使用，一般适用于六岁以上病征较严重的孩子。据近年临床医学指引，行为治疗对六岁或以下的孩子是首选的治疗方法。但若孩子的病征较严重，药物治疗亦可考虑用于四岁或以上的孩子。



## 药物治疗有甚么种类？

药物治疗主要分两种：中枢神经刺激剂及非刺激剂。中枢神经刺激剂是最有效及最常用的药物，其主要成份为哌醋甲酯 (Methylphenidate)，在七至八成的孩子中都能达到预期效果。现时香港已注册及常用的中枢神经刺激剂，有利他林 (Ritalin, Ritalin LA) 及专注达 (Concerta) (商品药名)。若中枢神经刺激剂未能发挥作用或孩子无法忍受其副作用时，医生会考虑改用非刺激剂 (例如 Atomoxetine, 商品药名斯得瑞 Strattera, 是一种去甲肾上腺素再回收抑制剂) 或其他抗忧郁药。

## 中枢神经刺激剂有甚么效用及怎样服食？

中枢神经刺激剂的成份哌醋甲酯 (Methylphenidate)，能提高神经传导物质多巴胺 (Dopamine) 和去甲肾上腺素 (Noradrenaline)，改善大脑额叶前部皮质运作，提高孩子专注力和控制力。中枢神经刺激剂的效用快，药力在一至二小时内开始生效。短效利他林 (Ritalin) 的效用大约能维持三至四小时，需要每天服用两至三次才能保持孩子的专注力。长效利他林 (Ritalin LA) 及胶囊装的专注达 (Concerta) 能控制药物在人体内慢慢释放，因此效用能维持八至十二小时，只需每天服用一次便能保持孩子的专注力。医生会根据病人个别的需要及服后效果而选择和调校药物。

## 中枢神经刺激剂的副作用如何？

中枢神经刺激剂的副作用通常在服药初期出现，一般短暂而轻微。常见的包括食欲减低、体重下降、肠胃不适、头痛、失眠、情绪波动、焦虑及抽搐等。其他较罕见的副作用包括血压及心跳上升、心律不正、产生幻觉或精神障碍、影响生长等。有心脏病或脑痫症的孩子，必须经过医生检查，考虑是否适合服药。如医生能循序渐进地调校药物及用适当的份量，可减轻以上的副作用。孩子并不会会有药物上瘾问题。



## 那些病人比较容易有副作用？

学龄前之孩子，比较容易有情绪波动、易怒、哭泣等情况。兼患有自闭症之孩子，需用药物的份量及其反应可能有不同，服药后产生副作用的机会亦较高。

## 中枢神经刺激剂需要长期服用吗？

药物治疗的时间因人而异，按照个别需要而定。大部份孩子需服用一段时间（数年），有部份则需要服用至成年。如果孩子的情況有所改善，家长可与医生商议，尝试减少或停用药物，再观察情况是否有需要继续服用药物。

## 其他治疗方法能取代药物治疗吗？

总括来说，药物治疗是最有效减低专注力不足/过度活跃症之主要征状的治疗。它的功效快而安全，副作用少。但孩子的其他行为、情绪、社交及学习问题则需要行为治疗以及家长和学校的支持。其他的另类治疗，包括脑电波反射训练 (Neurofeedback)、食疗（排除人造色素、添加剂；加强脂酸、氨基酸、铁质成份）、音乐治疗 (Music therapy)、按摩治疗 (Massage) 及运动治疗等等，因未经证实其效用，并不能取代药物及行为治疗。

家长选择治疗方法时，必须注意一些基本原则，例如该项治疗的科学实证、针对孩子那一方面作治疗或训练、对那些孩子有效和副作用等等。切忌因接受另类治疗而牺牲孩子接受其他有效治疗的机会。



卫生署儿童体能智力测验服务  
香港特别行政区政府

2021年7月版 © 版权所有

