



如何協助「專注力不足/過度活躍症」的孩子

藥物篇

藥物治療對專注力不足/過度活躍症有甚麼效用？

長期的醫學研究已証實，藥物治療和附加行為治療是醫治專注力不足/過度活躍症最有效的治療方法。藥物能有效地減低孩子的活躍程度及其衝動行為，並增強孩子的專注力，使孩子能在一定時段內安靜學習及工作；亦可減低孩子過激的情緒及攻擊性行為，改善人際關係。

藥物治療亦有一定限制，它不能馬上令孩子變得服從合作，亦不能增加情緒管理能力、社交技巧、課堂知識及學習能力等，更加不能提高學習動機。

孩子的行為及各種技巧，有賴家長及老師的管教及培養，家庭、學校及社會的配合等。醫學研究也證實結合各方面的努力，才是最有效的治療方法。

藥物治療應在什麼年紀開始使用？

藥物治療需要經過醫生的臨床診斷及處方，才可開始使用，一般適用於六歲以上病徵較嚴重的孩子。據近年臨床醫學指引，行為治療對六歲或以下的孩子是首選的治療方法。但若孩子的病徵較嚴重，藥物治療亦可考慮用於四歲或以上的孩子。



藥物治療有甚麼種類？

藥物治療主要分兩種：中樞神經刺激劑及非刺激劑。中樞神經刺激劑是最有效及最常用的藥物，其主要成份為哌醋甲酯 (Methylphenidate)，在七至八成的孩子中都能達到預期效果。現時香港已註冊及常用的中樞神經刺激劑，有利他林 (Ritalin, Ritalin LA) 及專注達 (Concerta) (商品藥名)。若中樞神經刺激劑未能發揮作用或孩子無法忍受其副作用時，醫生會考慮改用非刺激劑 (例如 Atomoxetine，商品藥名斯得瑞 Strattera，是一種去甲腎上腺素再回收抑制劑) 或其他抗憂鬱藥。

中樞神經刺激劑有甚麼效用及怎樣服食？

中樞神經刺激劑的成份哌醋甲酯 (Methylphenidate)，能提高神經傳導物質多巴胺 (Dopamine) 和去甲腎上腺素 (Noradrenaline)，改善大腦額葉前部皮質運作，提高孩子專注力和控制力。中樞神經刺激劑的效用快，藥力在一至二小時內開始生效。短效利他林 (Ritalin) 的效用大約能維持三至四小時，需要每天服用兩至三次才能保持孩子的專注力。長效利他林 (Ritalin LA) 及膠囊裝的專注達 (Concerta) 能控制藥物在人體內慢慢釋放，因此效用能維持八至十二小時，只需每天服用一次便能保持孩子的專注力。醫生會根據病人個別的需要及服後效果而選擇和調校藥物。

中樞神經刺激劑的副作用如何？

中樞神經刺激劑的副作用通常在服藥初期出現，一般短暫而輕微。常見的包括食慾減低、體重下降、腸胃不適、頭痛、失眠、情緒波動、焦慮及抽搐等。其他較罕見的副作用包括血壓及心跳上升、心律不正、產生幻覺或精神障礙、影響生長等。有心臟病或腦癇症的孩子，必須經過醫生檢查，考慮是否適合服藥。如醫生能循序漸進地調校藥物及用適當的份量，可減輕以上的副作用。孩子並不會有藥物上癮問題。



那些病人比較容易有副作用？

學齡前之孩子，比較容易有情緒波動、易怒、哭泣等情況。兼患有自閉症之孩子，需用藥物的份量及其反應可能有不同，服藥後產生副作用的機會亦較高。

中樞神經刺激劑需要長期服用嗎？

藥物治療的時間因人而異，按照個別需要而定。大部份孩子需服用一段時間（數年），有部份則需要服用至成年。如果孩子的情況有所改善，家長可與醫生商議，嘗試減少或停用藥物，再觀察情況是否有需要繼續服用藥物。

其他治療方法能取代藥物治療嗎？

總括來說，藥物治療是最有效減低專注力不足/過度活躍症之主要徵狀的治療。它的功效快而安全，副作用少。但孩子的其他行為、情緒、社交及學習問題則需要行為治療以及家長和學校的支援。其他的另類治療，包括腦電波反射訓練 (Neurofeedback)、食療（排除人做色素、添加劑；加強脂酸、氨基酸、鐵質成份）、音樂治療 (Music therapy)、按摩治療 (Massage)及運動治療等等，因未經證實其效用，並不能取代藥物及行為治療。

家長選擇治療方法時，必須注意一些基本原則，例如該項治療的科學實證、針對孩子那一方面作治療或訓練、對那些孩子有效和副作用等等。切忌因接受另類治療而犧牲孩子接受其他有效治療的機會。



衛生署兒童體能智力測驗服務
香港特別行政區政府

2021年7月版 © 版權所有

