

## 小学儿童多动症的认识及治疗的相关研究

安习文 刘珍珍

徐州市民富园小学, 江苏 徐州 221018

**[摘要]**随着社会的发展,人们对儿童心理问题有了相关的认识,因此儿童多动症的问题也引起了越来越多的家长的广泛关注。人们常常误认为爱动就是多动症,根据研究显示,家长、老师对儿童多动症症状不正确的认识,不仅会影响儿童现有的发展水平,而且也会对儿童未来的发展造成不同程度的危害。目前认为儿童多动症的病因尚不完全清楚,治疗的方法也并不是绝对单一的,而是多元的。文中将以实习中遇到的典型多动症儿童为例,引导人们正确的辨别多动症、意识到错误认多动症会产生的不良后果、了解并理解多动症儿童治疗的必要性,继而从教育康复训练、中西医结合治疗、心理干预这三种主要治疗方法进行相关研究讨论,希望今后可以为多动症儿童提供一些帮助。

**[关键词]:** 儿童多动症; 正确认识多动症; 多动症治疗方法

DOI: 10.33142/fme.v3i2.6063

中图分类号: R749.94

文献标识码: A

### Study on the Cognition and Treatment of ADHD in Primary School Children

AN Xiwen, LIU Zhenzhen

Xuzhou City Minfuyuan Primary School, Xuzhou, Jiangsu, 221018, China

**Abstract:** With the development of society, people have a relevant understanding of children's psychological problems. Therefore, the problem of children's ADHD has also attracted the extensive attention of more and more parents. People often mistakenly think that hyperactivity is ADHD. According to research, parents and teachers' incorrect understanding of children's ADHD symptoms will not only affect children's current development level, but also cause varying degrees of harm to children's future development. At present, the etiology of ADHD in children is not completely clear, and the treatment methods are not absolutely single, but multiple. Taking the typical ADHD children encountered in practice as an example, this paper will guide people to correctly identify ADHD, realize the adverse consequences of mistaken recognition of ADHD, understand and understand the necessity of treatment for ADHD children, and then conduct relevant research and discussion from the main treatment methods of education and rehabilitation training, traditional Chinese and western medicine treatment and psychological intervention, hoping to provide some help for ADHD children in the future.

**Keywords:** ADHD in children; correct understanding of ADHD; treatment of ADHD

### 引言

小学儿童多动症是一种,可以根据科学的方法治愈的疾病。若不及时治愈,会对家庭乃至社会产生很大的影响。因此正确的认识多动症,对家庭、社会来讲都是十分重要的事情。关于多动症儿童的治疗方法,这些年有很多,但是没有绝对有效的治疗方法。本文将对儿童多动症的正确认识发表一下看法,并对治疗方法进行简要分析,提出一些个人的建议,为多动症儿童提供参考。

#### 1 多动症儿童的定义及其表现

##### 1.1 相关概念

**[举例]**在去小学实习期间,遇到一个典型的多动儿童小斌,他非常不爱学习,不能长时间的集中注意力于与学习任务有关的事情,反而是对游戏、漫画书一类感兴趣。平时生活中虽然没有任何主动地攻击性行为,但是如果受到欺负,攻击性行为就会异常强烈。日常生活中也会做出各种异常的行为。家长及班主任老师,及时发现他的问题,并由家长及时带到医院做相关检查,结果发现果然是患有儿童多动症。

小学儿童多动症在现在的小学中,是一种十分常见的儿童异常行为问题,又被称为脑功能轻微失调或轻微脑功能障碍综合征或注意缺陷障碍。

##### 1.2 儿童多动症的特点

###### 1.2.1 主要特征是活动过度

是指做出与所处年龄段不同的行为,如上课总是插话、该走的时候跑等;

###### 1.2.2 集中注意力困难

很难集中注意力于某件事情,不能在规定的时间内按照老师的要求完成任务,做事经常性的半途而废;

###### 1.2.3 情绪不能保持稳定

容易暴躁,容易生气,容易对不愉快的事情做出过度的事情,显得很任性,有的因为一时的暴躁或挑事甚至构成严重的后果;

###### 1.2.4 学习困难障碍

多动症的儿童并不是都智商不够,他们中的很多,智力都和正常人的水平不相上下,但是由于生病导致学习上有关认知障碍,使学习成绩不理想;

### 1.2.5 性格不好

在校不愿意听老师的话,在家不愿意听家长的话,经常性的说谎、骂人、甚至离家出走等。

## 2 儿童多动症的研究

### 2.1 研究的现状

因为多动症儿童的病因不同、发病时间不同、持续长短不同,所以这种病症在儿童身上的表现也是各不相同的,这是学龄期儿童发病最高,行为异常表现的一种常见的综合症。目前,人们对多动症有了进一步的观察和了解,心理学专家们也对其进行深入的研究,在临床研究中获得很多感慨。家长们也深刻的认识到,多动症若不及时治疗,将对儿童的身心健康及未来的生活发展造成很大的影响。所以,必须采取科学的、行之有效的方法进行治疗。

## 3 儿童多动症病因

### 3.1 儿童多动症病因分析

儿童多动症的病因尚不清楚,但是可以确定的是儿童多动症是由多种症状综合而来的病症。根据目前的研究,可以简单分析出以下几个方面:

#### 3.1.1 觉醒不足

多动症儿童长时间处在低度觉醒的状态,这就使儿童在面对环境刺激时并不敏感,为了能够寻找到让他们产生敏感反应的刺激,所以儿童就会产生多动行为。根据临床显示会使用苯丙胺、利他林这一类的中枢镇静剂给多动症儿童进行治疗,并且在一定程度上取得了不错的效果。这就可说明,觉醒不足是导致多动症发生的一种病因。

#### 3.1.2 额叶功能失调

这一病因,是由学者通过实验证明,额叶受到损害的动物,它们的注意力就会变得很难集中起来,对无关的刺激甚至缺乏抑制刺激的能力,这些动物在实验中做出的变现,在某些方面和多动症的儿童很像。所以,学者认为多动症患者的大脑额叶很可能有一些功能性的障碍或是收到了损害。

#### 3.1.3 食物过敏

有些学者认为,人们对水杨酸人、造色素及其他事物添加剂高度敏感,儿童食用可以大大缓解此类症状,因此在日常生活中,要用好的营养更加丰富的食物来代替他们。会导致儿童多动症产生的主要诱因,还包括铅中毒。

#### 3.1.4 家庭环境

国内外有研究表明,家庭内部不和谐,父母经常争吵,打骂孩子,会使儿童的精神处于高度警觉的状态,想要躲避或逃跑,会给孩子生理及心理造成很大的危害,更会是儿童的多动症病况更加严重。时间久了,说谎、骂人这类恶习就会形成;生存在离异家庭或特别冷漠家庭的儿童,由于缺少关注、缺失爱的保护,久而久之,就会通过过度活动寻求关注,从而形成多动症。

#### 3.1.5 遗传因素

这几年有相关研究表明,多动症儿童父母的精神状态、

遗传疾病、脾气性格,以及父亲吸烟酗酒的程度普遍都要高于正常儿童。这就表明多动症儿童的脑功能轻微失调可能与遗传因素有很大的关系。

## 4 正确认识儿童多动症

如上例,我所说的我的实习学校,很多儿童都是多动症患者。学校每年也会在校内对成绩差的学生进行内部检查(这类检查是在不告诉父母、不告诉学生检查内容的情况下进行的,这样做是为了避免对孩子的身心健康造成不良影响),但是结果表明,并不是所有差生都是多动症儿童,这就要求我们要正确的看待差生,以及正确的区分多动症儿童。

### 4.1 儿童多动症的区分

[举例]小学生小明淘气顽皮,在学校里的成绩总是不好,不认真学习,做事还总是丢三落四,让老师很不喜欢。最近班主任找到小明的家长并对他们说小明可能是多动症,需要去医院检查检查。当孩子知道这件事情的时候就大哭说:“我没病。”知道这件事后,我深有感想,在和小明接触的过程中我知道小明肯定不是多动症,老师如此轻率地给孩子加上这样的标签,会对孩子的心理造成一定的影响。

#### 4.1.1 儿童安静就不是多动症。NO!有安静型多动症

注意缺陷为主的孩子并不会明显的多动行为,不会做出干扰课堂的行为,仅仅是表现出不能集中注意力,如上课走神等,这种情况女生比男生表现更为突出。但是,这些问题往往会被家长和老师忽略,所以,这就要求家长和老师多关注儿童,不爱动也不能说就不是多动症。

#### 4.1.2 淘气就一定多动症。NO!这可不一定

##### 4.1.2.1 注意力方面

只是淘气的儿童,一经他人的劝说就能够停下来,然后去做应该做的事情,并且专心致志,不喜欢被别人打扰;多动症的孩子,并不能立刻停下来,更别提集中注意力在一件事情上了,他们对学习完全不感兴趣。

##### 4.1.2.2 行为目的方面

淘气的孩子,通常是能够有目的、有计划、有安排做一些能够完成的事情。而多动症的儿童,总是没有目的,没有计划,除了学习,看什么都感兴趣。

##### 4.1.2.3 自控力方面

淘气的孩子在任何环境中,都能表现出较强的控制能力。而多动症儿童,总是心神不宁,无所事事,自控能力差。

#### 4.1.3 能够自己痊愈。NO!儿童多动症不及早治疗,会留下后遗症

儿童多动症是一种病因复杂的综合症,没有接受科学的治疗是不能痊愈的。儿童多动症若不及时治疗便会影响儿童身心的发展,不能形成健全的人格模式,甚至影响儿童成人成才。

#### 4.1.4 多动症就是频繁眨眼、耸肩。NO!这可能是抽动症

儿童抽动症和多动症不同,抽动症一般可以在较短的

时间内自愈或者是经过治疗痊愈,比较厉害的患者可能会延续很久,甚至是到成人时还存在。抽动中的表现呈多样性,患儿性格暴躁,少数控制不住的骂人、说脏话。多动症儿童表现为的注意力分散不能集中、做事不能一心一意,频繁说话,上课爱做小动作。单纯的多动症儿童不会产生抽动的行为。

4.1.5 有多动症吃药就可以了。NO! 多动症儿童要坚持系统长期的治疗

多动症的两个主要特点,就是活动过多和注意力分散不集中。因为造成多动症的病因各不相同,所以在治疗多动症时,就不能仅是依靠药物来治疗,达到缓解,还要对患者进行心理治疗和康复训练。

## 5 多动症儿童治疗的必要性

多动症患者首先是儿童,既然是儿童,那么就有儿童所具有的一切属性,拥有欲望和发展的需要以及权利。而治疗多动症又是多动症儿童获得发展的直接方法,多动症儿童的发展需要决定了多动症儿童的治疗方法。

### 5.1 多动症儿童自身发展的需要

#### 5.1.1 有利于多动症儿童身体发展

多动症儿童最明显的特征就是爱动,但动是需要能量的,如果运动量超过了身体机能的运动量,就会给儿童带来危害。所以对多动症儿童进行治疗有利于儿童减少多动的行为,减少能量消耗,增强身体机制,促进身心健康发展。

#### 5.1.2 有利于多动症儿童心理发展

多动症儿童的注意力不能长时间集中、脾气不好、易怒、易冲动,所以要通过科学的治疗方法去提高学生的注意力,缓解情绪障碍,增强自信等。

5.1.3 有利于多动症儿童安全的需要、尊重的需要和自我实现的需要

根据马斯洛的需要层次理论,人的需求具有普遍性,无论什么样的儿童都具有人类共有的需求。为了使多动症儿童在需求的各个层次都能得到更好地满足,所以多动症儿童必须接受系统的科学治疗,只有经过治疗后,才可能有强大的内心和健壮的身体,才可能更好地更好地去实现自己的人生价值。

### 5.2 多动症儿童社会适应的要求

目前多动症儿童的安置大多是在普通学校,由于多动症儿童的行为特征和心理特征,在一个正常的社会环境里,很难得到他人的接纳和认可,多动症儿童的不良社会适应会形成恶性循环,长大后脾气暴躁、任性等,很可能造成社会危害,比如:打架斗殴、吸毒等。相比正常儿童更容易步入歧途。所以,为了是多动症儿童更好地适应社会,更健康的成长,对多动症儿童的科学治疗的社会意义必不可少。

#### 5.2.1 给予规定的时间,提高自控能力

多动症儿童活动过度,主动性比较强,自控能力差,

因此不能很好的融入社会。只有在科学的诊断和治疗情况下,才能使儿童逐渐的摆脱以自我为中心,才能更好的融入大集体,融入现实社会,实现人生的价值和意义。

#### 5.2.2 培养科学的价值观,调节情绪情感

良好的治疗能够缓解多动症的脾气暴躁以及性格偏激的症状,培养多动症儿童形成正确的人生观、价值观,能够是他们正确地认识自我、评价自我,做到站在他人的角度看问题,能以公正的心态看待问题、看待世界。

### 5.3 儿童多动症的继发性行为

#### 5.3.1 学习认知障碍

虽然大多数多动症患儿的智商比较正常或接近正常,有些甚至还要高一些,但是由于患病,所以会导致上课不能集中注意力,听课效果差,下课不能按时完成作业,巩固效果更差,最后导致成绩下降严重。

#### 5.3.2 言语恶劣,攻击性行为

平时不遵守纪律,对同学恶语相向,一旦受到侵犯就会表现出严重的攻击性行为导致和同学之间的关系不融洽。

#### 5.3.3 自信心消耗殆尽

由于学习成绩总是不好,又不遵守纪律,就会受到家长和老师的批评,虽然他们说了会改但又做不到,长期的恶性循环,最后只能破罐子破摔。

#### 5.3.4 品行障碍

由于长期的不好好学习,不认真听讲,可能就会导致同伴、家长和老师,经意不经意间投来的厌恶的目光,面对这种目光,他们心里也感到非常的委屈,受到委屈没法发泄,就会产生更大的对立心理、反抗情绪,从而自暴自弃,比一般的儿童更加容易染上不良行为,甚至产生反社会行为。

## 6 当前较有效的儿童多动症治疗方法

### 6.1 教育康复训练

造成儿童多动症的病因是多方面的,所以治疗多动症的方法也是多样的,教育康复训练,被认为是最基本的干预控制手段。主要是以下几个方面:

#### 6.1.1 家庭教育

有句话说得好,“家庭是孩子的第一所学校,父母是孩子的第一任老师。”

多动症儿童的家庭教育是要要求,家庭中的每一位成员都参与到治疗中来,每一位成员既是治疗者又是被治疗者。在治疗的过程中,建议家庭中要建立新的轻松的,儿童能够适应的环境吗,可以建立新的家庭内部相处的模式,改变儿童多动行为之间的影响。对于多动症儿童的治疗,家庭成员要从正面的、积极地方面去耐心引导,要充分的了解、理解儿童的身心状态,用统一的、科学的方法去教育多动症儿童,给予他们更大的发展空间。

#### 6.1.2 学校教育

##### 6.1.2.1 特殊学校教育

特殊教育学校以招收患有各种缺陷的残疾儿童为主，是残疾人教育的专门机构，当然，多动症儿童的教育，也在特殊学校的任务范围之内。特殊学校教育之所以特殊，是因为他和普通学校教育有着不同的教育环境、师资配置、教育方法等。对多动症儿童，可以给予更多的关注，及时强化多动症儿童的良好适应性行为。

#### 6.1.2.2 随班就读

随班就读，就是把多动症儿童放到普通学校的普通班级中学习，有助于多动症儿童接受普通的教育、正常的环境刺激，有助于多动症儿童以后生活的社会化和社会适应性。

#### 6.1.3 感觉统合功能训练

感觉统合功能训练，是通过各种感官刺激，来改变或者康复儿童多动症的平衡失调和感官协调功能失调的行为方式。通过训练获得平时熟悉的感觉，在训练员的指导下能够明显的感觉到对自己身体的控制，同时提高儿童的自信心和自我控制的能力。

### 6.2 心理干预

心理学专家对多动症儿童的行为提出了几种独特的治疗方法：

#### 6.2.1 自我控制法

自我控制法简而言之，就是要从听、说、读、写等几个方面进行自我控制训练法。在训练的过程中，选择适合多动症儿童的题目，这些题目要有明确完成行为的步骤，并且按照步骤完成。如：停下正在进行的动作-听我说你再说-听我说走你再走。通过这类强化的步骤刺激，长期后就会内化成儿童自身的自我控制，从而增强行为的自我控制。

#### 6.2.2 肌肉放松法

多动症儿童的神经长期处于高度紧张的状态，让多动症儿童肌肉放松，有助于减轻症状。

##### 6.2.2.1 反馈疗法

将脑电、心率、血压等生物学信息经过处理，然后通过视觉和听觉反馈等人们可以感知的方式反馈给人们，使儿童能够有意识的控制自己的行，减少多动的行为。

##### 6.2.2.2 指导语放松疗法

是通过自我指导和他人指导，从放松心情开始，到身体各个部位的放松，逐步减少多动症儿童的焦躁感。

#### 6.2.3 自信心训练法

人的心理和疾病有着很大的关系，因此，在和多动症儿童交流的过程中，一定要有耐心，减少对多动症儿童的不良刺激，如：呵斥、诟骂等。应改善于发现多动症儿童的优点，予以及时的强化，提高多动症儿童的自我存在感、自我价值感、增强自信心。

### 6.3 中医治疗

中医主张“三分治疗，七分护理。”副作用小，在对多动症儿童治疗的过程中有明显的特色与优势。

#### 6.3.1 饮食调理

俗话说“病从口入”多动症儿童的饮食中，应少用各种调味料，平时可用杭白菊代茶饮。高糖、高蛋白质不能多吃，要多吃番茄、金桔、胡萝卜这一类的新鲜水果蔬菜。经常吃一些含钙质丰富食物，如奶制品、小鱼小虾等。多吃核桃、花生、芝麻、木耳等可以改善脑神经功能，促进大脑循环。海产品也有一定的镇静作用，这些食物能够在一定程度上减轻和防止儿童多动症的产生。

#### 6.3.2 中药调理

多动症儿童由于年龄较小，各种器官的发育还不成熟，常常会伴随着脾胃肾不足，就会容易产生痰热症状，这种症状的产生会使儿童心神不宁，引起多动行为。用开窍益智、调整阴阳、安神镇静更有效。多动症儿童也有七情六欲，欲望得不到满足的时候就会心火旺盛、心神不宁，所以中医会从中药去火出发，治疗儿童多动症。

#### 6.3.3 推拿护理

##### 6.3.3.1 针灸推拿原理

中医认为，儿童多动症先天因素有关，生理病理的特点是三有余（肝、心、阳有余）四不足（肺、脾、肾、阴不足）。多动症的发生，一般来说与“肾虚”、“肝余”、“脏燥”有关，中医从这一理论出发，在治疗的过程中，常常取头部奇穴、背俞穴、平补平泻，给多动症儿童针灸推拿补肝补肾、活血通络，以减轻多动症症状。

### 6.4 西医疗疗

#### 6.4.1 神经反馈治疗

大脑的所有功能包括：（1）睡眠调节（2）执行功能（3）疼痛的调节（4）情绪的控制等；还有内分泌和免疫系统的功能。神经反馈治疗就是利用各种方法，调节大脑功能，控制大脑活动频率，达到调节多动症儿童的行为。

#### 6.4.2 西药治疗

西药治疗儿童多动症比中药见效快，但副作用较大的方法，使用较为普遍，主要有以下几种药物疗法：

##### 6.4.2.1 中枢性兴奋剂

目前这种工作原理还没能完全弄清楚，据科学家的猜测，可能是阻止和结合多巴胺转运体，促进多巴胺的释放，抑制再摄取，增加突触间隙和神经递质的浓度，对多动症儿童起到调节大脑神经联系和活动的的作用，从而能够抑制多动症的行为。常用药物：安飞他命、盐酸哌甲酯。

##### 6.4.2.2 阿托西丁

这种药物刚刚上市不久是，一开始是在美国使用的，后来推广到世界各地。它是一种肾上腺素调节剂，根据临床研究表明，它具有一定非让可耐性、有效性、安全性。与中枢性兴奋剂一起用的时候，并没有不良反应。因此，该药物得到了全世界的普遍认可。

##### 6.4.2.3 可乐定

这是一种降压药，通过抑制血管运输中枢，从而降低

外周交感神经功能。该药对减少多动症儿童的活动过度以及攻击性行为有很大的帮助。

#### 6.4.2.4 胆碱能受体激动剂

多动症儿童的注意力不稳定、学习能力差,这种药物有助于儿童学习障碍方面的改善。

### 7 结语

本篇论文是关于目前小学儿童多动症的认识及治疗方法的研究。最近几年,儿童多动症在社会各界引起了广泛关注,但在区分多动症上还没有明确的认识。本文主要通过阐述多动症和好动儿童的区分、正确对待关注多动症儿童,以及用当前几种主要的方法来治疗多动症。给多动症儿童的家长提供一些参考。

但是,由于本人的知识结构和研究水平有限,本篇论文还存在着很多缺陷和不足,包括研究的不够深入,内容不够详细,资料收集的不够丰富等等。

论文本身还有待提高,但在写论文的整个过程中,我的理论水平和研究能力得到了较大的提高,加深了对儿童多动症的及其教育和治疗方面的认识,希望以后通过不断地深入,可以使我研究更加具体充分。

#### [参考文献]

[1] 张洪军. 别把熊孩子当成多动症[J]. 江苏卫生保

健,2018(10):40.

[2] 冯璐,郝乔,李姝欣,等. 中药治疗配合感觉统合训练治疗儿童多动症的有效性[J]. 辽宁中医杂志,2018,45(8):1639-1641.

[3] 郑一泳. 中西医结合治疗儿童注意力缺陷障碍伴多动症文献研究及 Meta 分析[D]. 北京:北京中医药大学,2018.

[4] 孙小龙. 心理和药物治疗小儿多动症对儿童和家庭的影响[J]. 中国医药指南,2017,15(36):62-63.

[5] 刘子渝. 儿童多动症中医认识与病因病机分析[J]. 临床医药文献电子杂志,2017,4(90):17812-17813.

[6] 李杰,李建. 李建治疗儿童多动症的思路与经验总结[J]. 中国临床医生杂志,2017,45(9):115-116.

[7] 戎毅. 孩子多动就是多动症吗——访江苏省妇幼保健院儿童保健科主任医师胡幼芳[J]. 江苏卫生保健,2017(7):4-5.

[8] 雷灵,郑斌. 注意力缺陷多动障碍儿童品行与父母教养方式关系的探讨[J]. 中国临床新医学,2016,9(12):1109-1112.

作者简介:安习文,女,毕业院校:泰山学院,专业:小学教育,单位:徐州市民富园小学。