ADHD

البالغون المصابون باضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه



أسباب اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD)

قد يكون للعوامل الوراثية دور في تطور اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD)، إلى جانب العوامل البيئية. وقد أظهرت الدراسات أن المضاعفات أثناء الحمل والولادة قد تزيد من خطر الإصابة باضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD).

من المعتاد تقسيم اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD) إلى ثلاث مجموعات فرعية بحسب نمط ظهوره أو نوع الأعراض، ومنها على سبيل المثال:

- اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD)، نمط يغلب عليه فرط النشاط / الاندفاعية
- اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD)، نمط يغلب عليه تشتت الانتباه
- اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD)، النمط المختلط، أي تشتت الانتباه والاندفاعية وفرط النشاط

فرط النشاط:

- صعوبة في الجلوس بهدوء
- كثرة الحركة وعدم الهدوء في اليدين والقدمين
- كثرة الحركة وعدم الهدوء والشعور بالتوتر الداخلي
- مستوى مرتفع من النشاط، كما لو كان الشخص «مدفوعًا بمحرك»

الاندفاعية:

- عدم القدرة على انتظار الدور
- التحدث بشكل متواصل أو دون التفكير في الموقف
- مقاطعة الآخرين أو إزعاجهم
- التصرف دون التفكير في العواقب

مشكلات التركيز:

- صعوبة في الحفاظ على الانتباه
- صعوبة في إتمام المهام
- صعوبة في تنظيم الأنشطة وترتيبها
- تجنب المهام التي تتطلب التركيز أو تأجيلها
- نسيان الأنشطة اليومية
- صعوبات ومشاكل في اتباع التعليمات
- سهولة التشتت

معظم الأشخاص الذين لديهم تشخيص باضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD) لديهم النمط المختلط.

وهذا يعني أنهم يعانون من صعوبات ملحوظة في كل من فرط النشاط والاندفاعية وتشتت الانتباه.

يظهر اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD) لدى نحو
٢ - ٣ ٪
من البالغين الذين تزيد أعمارهم على ١٨ عامًا.
ADHD هو اختصار لـ
Attention Deficit Hyperactivity Disorder، أي اضطراب
فرط الحركة وتشتت الانتباه.
يمكن في معظم الحالات تفسير الأعراض بأنها ناتجة عن اضطراب
نمائي عصبي بيولوجي، يظهر بشكل أساسي من خلال زيادة
الحركة
وعدم الهدوء، والاندفاعية، وصعوبة التركيز، والانتباه.
يمكن وصف اضطراب فرط الحركة وتشتت
الانتباه (ADHD) بأنه حالة وليس مرضًا.



حياة جيدة لكل شخص لديه اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه

ماذا أفعل عند الاشتباه بوجود اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD)؟

يتم تقييم اضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD) بالتشاور مع طبيب الأسرة وبإحالته إلى مركز الطب النفسي في المنطقة (DPS) لإجراء التقييم. ولكي يكون من الممكن وضع التشخيص، يجب أن تكون الأعراض قد استمرت لمدة ستة أشهر على الأقل. كما يجب أن تكون الأعراض قد ظهرت قبل سن ١٢ عامًا، وأن تسبب صعوبات كبيرة، وأن تظهر في مواقف مختلفة.

لدى البالغين، تكون المعلومات الإضافية من الوالدين أو من الأشخاص الذين كانوا مسؤولين عن رعايتهم في السابق، أو من غيرهم من الأشخاص المقربين، مهمة للمساعدة في وصف السلوك خلال مرحلة الطفولة والمراهقة. ويعاني نحو ٧٥ ٪ من البالغين الذين يتم تشخيصهم باضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD) أيضًا من اضطرابات أخرى في الوقت نفسه. أما القلق والاكتئاب فهما أكثر الصعوبات المصاحبة شيوعًا لدى البالغين.

ADHD Norge

ADHD Norge هي منظمة تطوعية على مستوى البلاد للأشخاص المصابين باضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD) وذويهم.

رؤية ADHD Norge هي أن يحظى جميع الأشخاص المصابين باضطراب فرط الحركة وتشتت الانتباه (ADHD) بحياة جيدة.