**RỐI LOẠN TĂNG ĐỘNG GIẢM CHÚ Ý**

*Rối loạn tăng động giảm chú ý (Attention Deficit Hyperactivity Disorder, viết tắt là ADHD) là rối loạn tâm thần và thần kinh-hành vi, đặc trưng bởi khó khăn trong việc tập trung hoặc tăng hoạt động / xung động hay kết hợp cả giảm tập trung chú ý và tăng hoạt động / xung động. Cho đến nay, ADHD là dạng rối loạn được tìm hiểu khá rõ về cả đặc điểm, mô tả, dịch tễ cũng như cách điều trị.*

**1. Khái niệm**

Rối loạn tăng động giảm chú ý (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) là rối loạn tâm thần và thần kinh-hành vi, đặc trưng bởi khó khăn trong việc tập trung hoặc tăng hoạt động / xung động hay kết hợp cả giảm tập trung chú ý và tăng hoạt động / xung động.

ADHD là dạng rối loạn phát triển phổ biến ở trẻ em và có thể tiếp tục gây những ảnh hưởng đến khi trẻ lớn lên và trưởng thảnh. Ở Mỹ, ADHD ảnh hưởng đến khoảng 4,1 % người trưởng thành từ 18 tuổi trở lên; ảnh hưởng tới 9 % trẻ từ trong độ tuổi từ 13 – 18 và tỷ lệ bé trai gấp 4 lần bé gái.

**2. Nguyên nhân của ADHD**

Các nghiên cứu hiện nay vẫn chưa có kết luận cuối cùng về nguyên nhân gây ra rối loạn tăng động giảm chú ý. Các khảo sát về nguyên nhân của rối loạn này đã được thực hiện ở nhiều phạm vi khác nhau. Thông qua việc điều tra ở mức độ về chất dẫn truyền trong tế bào thần kinh trong não bộ (dopamine, nonpinaphrin và serotonin) đã tìm thấy một số thông tin để giải thích cho nguyên nhân của rối loạn tập trung chú ý. Tuy nhiên chính xác việc một chất dẫn truyền hay tất cả các chất dẫn truyền tác động đến sự phát triển của chứng ADHD như thế nào thì vẫn còn là một điều bí ẩn chưa được giải đáp.

**3. Phân loại**

ADHD bao gồm 3 dạng:

(1). Giảm tập trung là chủ yếu: khó duy trì chú ý vào nhiệm vụ, hoạt động đòi hỏi nỗ lực trí tuệ, ví dụ tập viết, ngồi học… (không tính những hoạt động mà trẻ thích như xếp hình đồ chơi, chơi điện tử hay xem tivi); hay quên; hay đãng trí; dễ bị sao nhãng bởi các kích thích bên ngoài…

(2) Tăng động – xung động là chủ yếu: chân tay luôn cựa quậy, khó ngồi yên, hoạt động liên tục, nói liên tục hoặc quá nhiều, bộp chộp, xen vào người khác, chạy nhảy leo trèo quá mức.

(3) Kết hợp giảm tập trung và tăng động – xung động.

**4. Tiêu chí chẩn đoán**

ADHD là một tình trạng mạn tính đặc trưng bởi mức độ phát triển không phù hợp của thiếu chú ý, xung động và hiếu động thái quá, hay sự kết hợp của các triệu chứng này. Để kết luận ADHD phải có ít nhất 6 triệu chứng tồn tại trong vòng 6 tháng gần đây (hoặc lâu hơn) và các triệu chứng này phải có mặt trong hai hoặc nhiều hơn các môi trường (gia đình, lớp học, phòng khám).

***Các triệu chứng giảm tập trung/chú ý***

¬ Thường không chú ý tới chi tiết hoặc làm lỗi bất cẩn trong việc học, làm việc hoặc các hoạt động khác

¬ Thường gặp khó khăn trong việc duy trì sự chú ý trong công việc hay chơi

¬ Thường không lắng nghe khi nói chuyện trực tiếp

¬ Thường không nghe theo hướng dẫn và không hoàn thành việc học, làm việc, công việc hoặc nhiệm vụ tại nơi làm việc

¬ Thường gặp khó khăn khi tổ chức hoạt động hay thực hiện nhiệm vụ.

¬ Thường tránh, không thích hoặc là miễn cưỡng tham gia vào các nhiệm vụ đòi hỏi phải có sự nỗ lực hay tập trung lâu.

¬ Thường mất những thứ cần thiết cho công việc hoặc hoạt động

¬ Thường dễ dàng bị phân tâm bởi các kích thích không liên quan

¬ Thường hay quên trong sinh hoạt hàng ngày.

***Các triệu chứng tăng hoạt động***

¬ Thường bồn chồn với bàn tay hoặc bàn chân hoặc vặn vẹo trong ghế.

¬ Thường rời khỏi chỗ ngồi trong lớp học hoặc trong những trường hợp khác.

¬ Thường chạy hoặc leo trèo quá mức trong những tình huống không thích hợp

¬ Thường gặp khó khăn khi chơi hoặc tham gia vào các hoạt động giải trí nhẹ nhàng hoặc các trò chơi/ hoạt động tĩnh

¬ Thường xuyên trong tình trạng luôn chân luôn tay hoặc như được điều khiển bởi động cơ

¬ Thường nói nhiều quá mức

***Các triệu chứng xung động***

¬ Thường đưa ra câu trả lời trước khi người khác kết thúc câu hỏi.

¬ Thường gặp khó khăn khi phải chờ đến lượt.

¬ Thường ngắt hoặc xen ngang vào người khác (ví dụ, xen vào cuộc trò chuyện hoặc trò chơi…)

**5. Các vấn đề thường gặp ở trẻ ADHD**

- Kỹ năng giao tiếp, kết bạn, thường ít bạn, không được trẻ khác thích hay chơi cùng.

- Việc học nói chung, điểm số và kết quả học tập thường thấp hơn khả năng thực sự vì trẻ không thể ngồi yên tập trung học. Một số trẻ ADHD có thể kèm theo khuyết tật học tập.

- Gặp khó khăn với các môn học liên quan đến sự tập trung trong thời gian dài hay tưởng tượng như tập viết, ghép vần, đọc, hay văn học /tập làm văn.

- Rối loạn thách thức chống đối: Rối loạn ADHD ảnh hưởng một phần đến tính cách và những hành vi của trẻ, có trẻ quá cứng đầu hoặc nổi loạn, từ chối và chống đối các quy tắc/nguyên tắc do người lớn đưa ra.

- Hay gặp khó khăn trong kỹ năng vận động tinh (tức vận động của hai bàn tay và các ngón tay).

- Cảm xúc thường lên xuống nhanh và thất thường, lúc quá vui, lúc quá buồn.

- Thường nhận được sự chỉ trích, và phê phán từ giáo viên, bố mẹ, bạn bè… nên trẻ dễ phát triển nhận thức tiêu cực về mình, từ đó dễ phát triển thành các suy nghĩ và cảm xúc tiêu cực như cho rằng mình kém cỏi, hay bị trầm cảm khi lớn lên.

- ADHD có thể là vấn đề duy nhất mà trẻ gặp phải, cũng có thể là những triệu chứng của một rối loạn khác, ví dụ trẻ chậm phát triển trí tuệ hoặc tự kỷ cũng thường gặp khó khăn trong tập trung chú ý và có nhiều hành vi xung động, tăng động. Tuy vậy, trong trường hợp nào, những gợi ý dưới đây cũng có thể sử dụng.

Nguồn tham khảo : http://www.hungdongcenter.org/