



Psykisk helse

VIETNAMESISK

AD/HD

Chữa trị bằng thuốc men cho trẻ em và thiếu niên

Attention Deficit / Hyperactivity Disorder



Hướng dẫn dành cho cha mẹ, trẻ em và thanh thiếu niên

AD/HD là gì ? - Là những mẫu tự viết tắt từ Attention Deficit / Hyperactivity Disorder (Thiếu sự chú ý / Sự náo loạn vì hiếu động)

Những đặc điểm thông thường nhất là :

- Khó chú ý / khó tập trung tư tưởng
- Hành động bất chợt, bốc đồng
- Hiếu động / các cử động không yên

Để hội đủ những điều kiện về việc chẩn đoán bị chứng AD/HD, các triệu chứng như khó khăn về sự chú ý và tập trung tư tưởng, hành động bất chợt và sự hiếu động phải kéo dài một thời gian, đã xuất hiện trong nhiều hoàn cảnh khác nhau và gây những khó khăn đáng kể cho đứa trẻ bị bệnh hoặc những người chung quanh. Tuy vậy, các triệu chứng tương tự có thể là một phần của những tình trạng khác.

Nhiều trẻ em bị chứng AD/HD còn có thêm những khó khăn khác, chẳng hạn như khó khăn về hành vi cư xử hoặc khó khăn về sự lĩnh hội, học hỏi. Một vài trẻ em có những xáo trộn về sự chú ý mặc dù hành động bất chợt và sự hiếu động không quá nổi bật, rõ ràng. Chúng có thể bị chứng AD/HD thuộc loại thiếu chú ý, mà trước đây được gọi là ADD.

Cha mẹ, trạm y tế, vườn trẻ hoặc trường học là những nơi phát hiện trước hết những dấu hiệu của chứng AD/HD nơi trẻ em và thiếu niên. Họ nên thông báo việc này đến bác sĩ gia đình hoặc dịch vụ tâm lý sư phạm (PPT). Đứa trẻ có thể được giới thiệu đến Ban bảo vệ sức khoẻ tâm thần dành cho trẻ em và thiếu niên (BUP) hoặc bác sĩ nhi đồng, để họ có thể tìm hiểu và đưa ra sự chẩn đoán sau khi thực hiện những cuộc tìm hiểu kỹ lưỡng.

Chữa trị

Việc chữa trị có mục đích chính là để giảm bớt những triệu chứng của bệnh AD/HD, giúp cho sinh hoạt hàng ngày được tốt hơn và chặn đứng hoặc giới hạn sự phát triển của những khó khăn khác. Những biện pháp thích hợp là :

- Thông tin và hướng dẫn góp ý sẽ luôn luôn kèm theo, sau khi đưa ra sự chẩn đoán bệnh.
- Những biện pháp sư phạm tại vườn trẻ và trường học có thể đem lại nhiều ích lợi khi đứa trẻ gặp khó khăn về việc tập trung tư tưởng và trở ngại về việc lĩnh hội học hỏi. Các cơ quan giúp đỡ nên áp dụng kế hoạch giảng dạy riêng theo hoàn cảnh của đứa trẻ
- Ngoài những biện pháp chữa trị khác, việc chữa trị bằng thuốc men sẽ thích hợp khi đứa trẻ có quá nhiều triệu chứng đến độ làm giảm bớt khả năng sinh hoạt một cách đáng kể.
- Khi đứa trẻ có những khó khăn về hành vi cư xử, có thể cần nhắc đến những biện pháp sau đây :
 - "De utrolige arene"
(Webster Stratton) www.deutroligearene.no
 - Parent Management Training
www.atferd.unirand.no (PMT)
 - Multisystemisk terapi www.atferd.unirand.no (MST)
- Ngoài ra, có thể có nhu cầu cần đến những biện pháp giúp đỡ và hậu thuẫn về sinh hoạt hoà đồng với những trẻ em khác. Những biện pháp này nên được phối hợp qua một kế hoạch riêng theo hoàn cảnh của đứa trẻ.

Chữa trị bằng thuốc men

Các cuộc tìm hiểu cho thấy sự kết hợp giữa việc tập luyện có phương pháp dành cho cha mẹ, với những biện pháp phụ kèm ở trường học, chẳng hạn như dùng đến thầy giáo dạy kèm và dùng máy điện toán trong hoàn cảnh học hành, cùng với việc chữa trị bằng thuốc men sẽ đem lại kết quả tốt đẹp nhất. Điều được chứng minh rõ ràng là thuốc men thường có công hiệu tốt đối với những triệu chứng chính của bệnh AH/HD.

Thuốc men có thể góp phần nâng cao sự tự kiểm soát và tập trung tư tưởng cách đáng kể khiến đứa trẻ bị bệnh có được nhiều lợi ích hơn từ những biện pháp khác. Sự giúp đỡ ở trường học nên nhắm đến cả việc học hành lẫn sinh hoạt hoà đồng với những học sinh khác. Trước hết, việc chữa trị nên nhắm đến những đặc tính quan trọng của chứng AD/HD như : những khó khăn về việc tập trung tư tưởng, hành động bất chợt và các cử động không yên. Với nhiều đứa trẻ, công hiệu của thuốc có thể thấy ngay tức thì hoặc sau vài ngày, nhưng đôi lúc phải mất thời gian lâu hơn mới có thể nhìn thấy rõ công hiệu. Nhiều trẻ em và thiếu niên cảm thấy là phần lớn chúng có khả năng tự điều khiển các sinh hoạt ở mức độ giống như chúng mong muốn sau khi bắt đầu chữa trị. Cha mẹ và thầy cô có thể cảm nhận rằng con cái và học trò của mình thực hiện các công việc tốt đẹp hơn, tuân giữ những thông báo dễ dàng hơn và ít tạo ra những hoàn cảnh xung khắc bất đồng hơn. Tuy vậy, thuốc men không loại bỏ hẳn những khó khăn về sự lĩnh hội, học hỏi hoặc những khó khăn về hành vi cư xử, nhưng có thể giúp những trẻ em bị bệnh tiếp nhận việc học hỏi và sự dạy dỗ bình thường một cách dễ dàng hơn.

Điều quan trọng cần nhấn mạnh là thuốc men không có tác dụng chữa dứt hẳn bệnh và hầu hết những trẻ em bị chứng AD/HD cần phải dự trù sẽ dùng đến thuốc trong nhiều năm. Tuy vậy, sự trưởng thành, sự học hỏi, sự thay đổi trong những điều kiện sống cũng như những yêu cầu đòi hỏi có thể đưa đến tình trạng một số trẻ em dần dần tự sinh hoạt tốt mà không cần đến thuốc men. Để đạt được hiệu quả tốt đẹp nhất, thông thường lượng thuốc cần phải được thay đổi phần nào khi đứa trẻ lớn dần.

Thông thường sẽ thực hiện một giai đoạn dùng thử thuốc khi bắt đầu chữa trị bằng thuốc. Điều này bao gồm đến việc cha mẹ, thầy cô và chính đứa trẻ bị bệnh sẽ điền vào phiếu kiểm soát trước khi và trong khi dùng thuốc. Cũng có thể thực hiện những cuộc trắc nghiệm, trong đó có thử về khả năng tập trung tư tưởng cả khi dùng thuốc lẫn lúc không dùng thuốc. Sau một thời gian dùng thử thuốc, có thể vài tuần, điều thông thường là đứa trẻ hoặc thiếu niên bị bệnh, gia đình, trường học và những người chuyên môn có liên hệ sẽ họp lại để tổng kết những kinh nghiệm.

Những trẻ em có nhu cầu cần đến các dịch vụ kết hợp từ nhiều cơ quan trong thời gian lâu dài, có quyền để được soạn thảo một kế hoạch riêng hầu phân định rõ trách nhiệm của từng cơ quan và nhằm bảo đảm sự hợp tác của những dịch vụ khác nhau. Những thoả thuận về việc dùng thuốc nên ghi vào trong kế hoạch này.

Ai nên dùng thử thuốc ?

Muốn cho trẻ em hoặc thiếu niên sẽ dùng thử thuốc, điều trước hết là đứa trẻ đó phải được chẩn đoán có bị chứng AD/HD.

Trẻ em tuổi mẫu giáo tương đối ít khi dùng thử thuốc. Việc này có nhiều lý do. Sự chẩn đoán bệnh ở lứa tuổi này có thể không chắc chắn lắm so với những trẻ em lớn hơn và thông thường người ta tránh dùng đến thuốc men trong khi chờ đợi hiệu quả của các biện pháp góp ý và sự phạm. Trẻ em ở tuổi đi học được chẩn đoán bị chứng AD/HD, thông thường sau khi đã được áp dụng thử một hình thức giúp đỡ khác mà vẫn không có sự thay đổi tốt đẹp đáng kể nào. Việc dùng thử thuốc có thể thích hợp nếu cơ quan có trách nhiệm chuyên môn (thông thường là phòng ngoại chẩn tâm thần dành cho trẻ em và thanh thiếu niên) đề nghị và được sự đồng ý của đứa trẻ lẫn cha mẹ.

Nên tránh dùng các loại thuốc kích thích hệ thần kinh trung ương trong những tình trạng dưới đây :

- Trẻ em bị bệnh tim nghiêm trọng, có những rối loạn về nhịp tim hoặc huyết áp cao.
- Những bệnh do thức ăn không biến thành dinh dưỡng. Tình trạng thức ăn không biến thành dinh dưỡng ở mức độ cao đặc biệt có thể gây ra những triệu chứng tương tự như chứng AD/HD. Có thể phát hiện tình trạng này khi thử máu.
- Khi bị rối loạn về ăn uống hoặc gầy ốm thiếu cân cách đáng kể
- Khi thai nghén

Những phản ứng phụ

Hầu hết những trẻ em dùng thuốc để chữa trị chứng AD/HD đều bị những phản ứng nhẹ và kéo dài trong thời gian ngắn như :

- Đau bụng (trong chốc lát)
- Nhức đầu (trong chốc lát)
- Buồn phiền (trong chốc lát)
- Biếng ăn
- Khó ngủ

Cũng có thể xảy ra những phản ứng phụ khác, ít thông thường hơn.

Sự ghiền và lạm dụng các chất kích thích

Những thuốc gây kích thích hệ thần kinh trung ương được đăng ký như chất ma túy. Vì thế, có những quy định khắt khe về việc bác sĩ nào có thể kê toa thuốc, và bệnh nhân nào có thể dùng những thuốc này. Liều lượng thuốc dùng trong việc chữa trị sẽ không gây say sưa và không tạo sự ghiền thuốc. Đã có thực hiện những cuộc tìm hiểu rộng lớn về việc chữa trị bằng thuốc men cho những trẻ em bị chứng AD/HD có gây nguy cơ ghiền ngập các chất kích thích sau này không. Kết luận là nguy cơ về sự lạm dụng các chất kích thích sau này sẽ không gia tăng, nhưng trái lại còn giảm bớt. Tuy vậy, trẻ em có thể lạm dụng một số những loại thuốc này. Vì thế, điều quan trọng là cha mẹ hoặc những người lớn có trách nhiệm cần kiểm soát việc dùng thuốc của trẻ em và thiếu niên.

Não có bị thương tổn không ?

Một câu hỏi quan trọng là não có bị thương tổn bởi việc chữa trị lâu dài bởi những loại thuốc kích thích hệ thần kinh trung ương không ? Có rất nhiều người đã dùng những thuốc này kể từ thập niên 1950, thông thường trong nhiều năm. Không có điều gì cho thấy là mô não hoặc những tiến trình hoá chất của não đã bị thương tổn bởi việc chữa trị này.

Bạn tìm thấy sự hướng dẫn từ những nơi này

- Veileder i diagnostikk og behandling av AD/HD, IS-1244, www.shdir.no/publikasjoner/veiledere
- Nasjonalt Kompetansesenter for AD/HD, Tourettes syndrom og Narkolepsi (NK), www.nasjomp.no Tel. 23 01 60 30
- ADHD Norge, www.adhdnorge.no Tel. 67 12 85 85
- BUP Østfold "Orientering om behandling med sentralstimulerende legemidler ved AD/HD, www.adhd-behandlingslinje.no
- Barn og unge med nedsatt funksjonsevne - hvilke rettigheter har familien ? IS-1298, www.shdir.no/publikasjoner
- Informasjon om legemidler, www.legemiddelverket.no
- "De utrolige årene" (Webster Stratton), www.deutroligearene.no
- Parent Management Training (PMT), www.atferd.unirand.no
- Multisystemisk terapi (MST), www.atferd.unirand.no

Tập chỉ dẫn này do Nha y tế và xã hội soạn thảo với sự cộng tác của Trung tâm thẩm định khả năng của nhà nước dành cho những người bị bệnh AD/HD, hội chứng Tourettes và Narkolepsi, và những nhóm chuyên môn khác, trong đó có Nhóm thần kinh tại Phòng ngoại chẩn dành cho trẻ em và thanh thiếu niên (BUP) ở Østfold



Psykisk helse

IS-1468

Bạn được giúp đỡ từ những nơi này

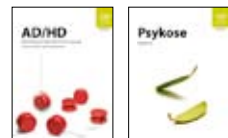
Những hướng dẫn thêm

Nguy kịch - hãy gọi 113
Bác sĩ gia đình / Trung tâm bác
sĩ trực Đường dây điện thoại khi
cần giúp đỡ : 810 30 030

www.psykisk.no
www.psykiskhelse.no
www.mentalhelse.no
www.psykopp.no
www.nynorge.no
www.nakmi.no

Các tập chỉ dẫn về sức khỏe tâm thần

- Lo sợ IS-1465
- Trầm cảm IS-1466
- Những bệnh do tư tưởng hoặc hành
động bị ám ảnh IS-1469
- Những rối loạn về ăn uống IS-1470
- Bệnh rối loạn tâm thần IS-1471
- AD/HD IS-1468
- An toàn về pháp lý IS-1467
- Giúp đỡ về sức khỏe tâm thần tại Na uy
Dành cho người lớn IS-1472
Về trẻ em IS-1473
Dành cho trẻ em IS-1474
- BUP:
Trẻ em IS-1301
Thanh thiếu niên IS-1302
Người lớn IS-1303



Có thể lấy tập chỉ dẫn từ internett qua trang điện tử www.psykisk.no
ở mục Informasjonsmateriell.

Tập chỉ dẫn này được viết bằng Bokmål và Nynorsk. Ngoài ra, còn được dịch
sang các ngôn ngữ : Anh, Ả rập, Ba tư, Pháp, thổ ngữ ở Irak (Kurdisk/Sorani),
Ba lan, Punjabi, Nga, Samisk, thổ ngữ ở cựu Nam tư (Serbisk/Kroatisk), Somali,
Tây ban nha, Thổ nhĩ kỳ, Hời và Việt nam.