

醫病共享決策輔助評估表

輔助工具標題

孩子患有「注意力不足過動症」，一定要吃藥嗎？

前言

您好，當您拿到這份輔助評估表時，代表您已加入醫療決策團隊的一員。我們希望提供您充分的資訊並協助您了解自己的需求，以使您能得到最適切而令您滿意的醫療服務。

適用對象 / 適用狀況

醫師診斷您的孩子患有「注意力不足過動症」

疾病介紹：

「注意力缺失過動症」(Attention Deficit Hyperactivity Disorder, ADHD)是一種腦部的疾病，因為神經發展不成熟而有「過動」、「衝動」與「不專心」這三大核心症狀。依照台灣與世界各國的研究，在兒童青少年期盛行率大約有百分之五以上。

「注意力缺失過動症」(Attention Deficit Hyperactivity Disorder, ADHD) 大約影響 5% 的兒童青少年，其症狀將導致無法專心、過動、衝動，造成學業、人際關係、職業功能等干擾。為治療的患者有較高的輟學率、物質濫用、危險駕駛及法律問題。

那麼要怎樣才能診斷「注意力缺失過動症」呢？依照「美國精神醫學心理症狀診斷統計手冊第五版 (DSM-V)」，ADHD 的診斷需要出現注意力不集中或是活動過度、衝動的症狀(如附表)，持續超過六個月，同時程度上也要與該兒童發展階段所應有的表現有差異，並且在十二歲之前就觀察到這些症狀，而其所造成的障礙程度要出現在兩個或兩個以上的場所，如家裡和學校，方能診斷為 ADHD。根據研究指出，ADHD 患者 78.8% 來自於遺傳，ADHD 患者大腦尤其是前額葉處分泌的多巴胺和正腎上腺素量相較於一般人偏低，無法有效篩選進入大腦中的訊息，因此造成注意力無法集中，也缺乏行為控制的能力，進而產生過動及衝動的症狀。我們可以從大腦掃描發現，一般成人大腦(左)與患有 ADHD 卻從未接受治療的大腦(右)有所不同，ADHD 大腦的葡萄糖代謝活性相對於一般人低。

由於 ADHD 患者腦部的缺損，導致患者腦部成熟度比同齡者慢。在 2007 年的一項研究發現，ADHD 大腦在皮質增厚的成熟順序與正常孩子無異，但平均晚三年，尤其在前額葉皮質的地方更為明顯，以至於無法符合該年齡所需要的專心度及衝動控制。經研究證實，使用藥物治療後可增加腦的活性(如下圖右)，提高專注力及增加衝動控制。美國國家心理衛生研究院及教育部共同主持的中立大型多元治療模式研究(MTA Study)由六個中心共同研究，將 579 個 7-9 歲的 ADHD 患童分成四組：(1)單用藥物治療(2)單用行為治療(3)藥物加行為治療(4)一般社區照護，追蹤 14 個月後發現在 ADHD 的核心症狀控制效果，單用藥物治療＝藥物加行為治療＞行為治療＞社區證實，證實 ADHD 為一個生理性疾病，必須使用藥物才能有效控制其「注意力缺乏」、「過動」、「衝動」等核心症狀。藥物合併行為治療則可以對個案的社交技巧、親子關係等有更好的提昇。

治療方式介紹：

- 單純藥物治療作用方式：利用調節「神經傳導物質」改善大腦執行功能，提高專注力、降低過動及衝動
- 親職訓練與行為治療：協助家長建立有效的溝通策略，改善孩童自我規範、社交技巧及組織能力。治療頻率一周一次，三到六個月。
- 飲食治療：限制攝取人工添加物及防腐劑。限制酸性食物過敏食物。補充營養品(如魚油)

- 運動治療：特定提高心肺功能的運動改善大腦功能，減少過動衝動
- 專注力訓練：密集電腦化認知功能(注意力、抑制力、工作記憶)，藉由遊戲或治療師引導利用神經迴饋強化特定腦波

您想要選擇的方式是：

- 單純藥物治療
- 單純行為治療
- 藥物合併行為治療
- 飲食治療
- 運動治療
- 專注力訓練

請透過以下四個步驟來幫助您做決定

步驟一、比較每一項選擇的優點、風險、副作用(併發率)、費用、替代方案

治療方式	作用方式	優點	缺點
藥物治療	利用調節「神經傳導物質」改善大腦執行功能，提高專注力、降低過動及衝動	效果快速且顯著 健保給付、部分負擔 一周到三個月回診一次	偶爾會有副作用，但大多不嚴重、藥效退了也會緩解。 服藥順從性困難，孩童常需要提醒用藥
親職訓練及行為治療	協助家長建立有效的溝通策略，改善孩童自我規範、社交技巧及組織能力。 一周一次，平均療程三到六個月。	提升孩子正向行為、自我管理訓練， 改善親子及人際關係	耗時、需有治療師定期諮詢協助。須持續進行、中斷後效果(0.02-0.4)不易維持。 少數健保給付，大多自費、需有治療師。
飲食治療	限制攝取人工添加物及防腐劑。限制酸性食物過敏食物。補充營養品(如魚油)	改善體質，提高專注力	療效不一且不明顯(0.16-0.51)，不足以改善嚴重個案的症狀。 須全盤注意飲食不易進行，孩童配合不易。可能造成營養不均。要自費買營養品。
運動治療	以特定提高心肺功能的運動改善大腦功能，減少過動衝動	改善體能，行為治療，培養嗜好及專長	研究證據薄弱。須長期執行。
專注力訓練	密集電腦化認知功能(注意力、抑制力、工作記憶)	直接強化腦的認知能力 在家即可執行	耗時(至少200小時以上)、需有電腦及網路設備對視力可能有影響、可能對遊戲會上

				癮。療效(0.24)不一定能擴展到核心症狀。自費數千到數萬。
	藉由遊戲或治療師引導利用神經迴饋強化特定腦波	直接強化腦的認知能力		需要配有設備、需大量練習。療效(0.29)不一定能擴展到核心症狀。自費數千到數萬。

步驟二、您選擇治療方式會在意的因素有什麼?以及在意的程度(建議改排序方式)

考量因素	不重要					非常重要
效果顯著性	0	1	2	3	4	5
費用多寡	0	1	2	3	4	5
效果出現所需時間	0	1	2	3	4	5
執行的容易程度	0	1	2	3	4	5
治療的頻率	0	1	2	3	4	5
其他						

步驟三、您對治療方式的認知有多少?

1. 注意力不足、過動衝動是屬於神經發展的疾病，等長大就會好 對 不對
2. 非藥物的治療一定比藥物治療安全對 不對
3. 藥物可能有其副作用，但多半多不嚴重，也會隨著藥效消退而減緩對 不對
4. 非藥物治療就是把孩子交給治療師修一修，調整一下就可以了，家長不用參與對 不對

步驟四、您現在確認好治療方式了嗎?

我已經確認好想要的治療方式，我決定選擇 (複選)

- 單純藥物治療
- 單純行為治療
- 藥物合併行為治療
- 飲食治療
- 運動治療
- 專注力訓練

我目前還無法決定

- 我還需要與我的家人討論
- 我還要與孩子的老師討論
- 我想再上網看看別人的意見
- 我對於上述的治療方式還想再多瞭解，我的問題有：

完成以上評估後，您可以列印及攜帶此份結果與您的主治醫師討論。