

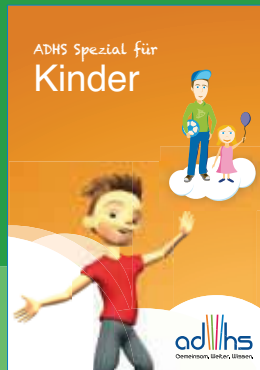
Ein Service von

**Shire**

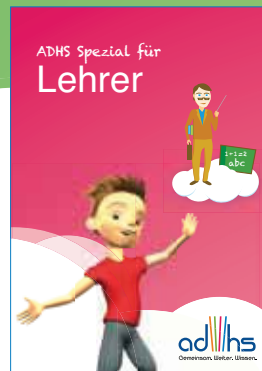
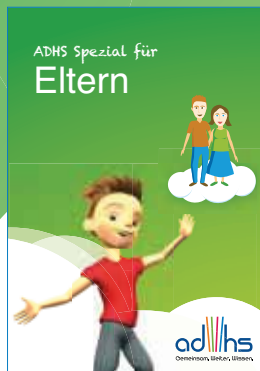
# СДВГ Необходимые знания Родители и учителя

## Die ADHS Wissens-Reihe

für Kinder und Teenager



für Eltern und Lehrer



Unsere Broschüre „ADHS Basiswissen für Eltern & Lehrer“ gibt es auch auf Türkisch.

Für weiterführende Informationen zu ADHS besuchen Sie uns auf [www.ADHS-Lebenswelt.de](http://www.ADHS-Lebenswelt.de).

Shire Deutschland GmbH  
Friedrichstraße 149  
D-10117 Berlin

[www.shire.de](http://www.shire.de)  
[www.shire.com](http://www.shire.com)

Mat.-Nr.: 5007201



ADHS Basiswissen  
für Eltern & Lehrer

**ad/hs**  
Gemeinsam. Weiter. Wissen.

## Введение

# Дорогие читатели!

Некоторые из Вас уже слышали о СДВГ, который у некоторых родителей и педагогов вызывает ужас. Однако происхождение этого заболевания и его особенности зачастую неизвестны неспециалистам. Так как родители зачастую совершенно не представляют как быть с этим диагнозом или что он может означать для них и для их ребенка, у них возникает множество вопросов. Некоторые даже испытывают облегчение, когда после долгой неопределенности наконец узнают в чем дело.

Мы хотим Вам помочь понять, что такое СДВГ. В этой небольшой брошюре мы подобрали наиболее важную информацию об этом заболевании, которую Вам следует знать.

### При этом особенно важны следующие темы:

- Что такое СДВГ?
- Каковы симптомы заболевания?
- Каковы возможные сопутствующие явления?
- Каков порядок постановки диагноза?
- Как лечить СДВГ?

Если Вы желаете ознакомиться с дальнейшей информацией и получить советы по таким темам, как школа, быт и досуг, а также материалы, подготовленные специально для детей, Вам следует взглянуть на нашу серию «Знания о СДВГ», представленную на последней странице.

Мы рекомендуем Вам это сделать. Дополнительную информацию по всем темам этой серии и о многом другом Вы можете получить в Интернете по адресу: [www.ADHS-lebenswelt.de](http://www.ADHS-lebenswelt.de).

## Оглавление

<b>Глава 1:</b>	
<b>Определение СДВГ</b>	<b>4</b>
Симптомы СДВГ	5
Невнимательность	7
Гиперактивность	7
Импульсивность	7
Подростки с СДВГ	7
<b>Глава 2:</b>	
<b>Сопутствующие заболевания</b>	<b>8</b>
<b>Глава 3:</b>	
<b>Диагноз</b>	<b>10</b>
Последовательность постановки диагноза СДВГ	11
Результаты обследования	13
<b>Глава 4:</b>	
<b>Возможные формы терапии</b>	<b>14</b>
Поведенческая психотерапия	14
Родительский тренинг	15
Медикаменты	16
Какой медикамент является наиболее подходящим для Вашего ребенка?	16
Дополнительные терапевтические возможности	18
Семейная психотерапия	18
Обратная нейронная связь	18
Другие дополнительные терапевтические возможности	19



# СДВГ

# Определение СДВГ

Синдром Дефицита Внимания и Гиперактивности (**СДВГ**) является одним из наиболее часто встречающихся психических заболеваний в детском и подростковом возрасте.

Этим заболеванием затронуто, по всей вероятности, от 2,4% до 6,0% детей в Германии. У двух третей (от 49% до 66%) пациентов с СДВГ в детстве, заболевание сохраняется, по крайней мере, частично и в зрелом возрасте.



## Симптомы СДВГ

С СДВГ связывают три основных симптома:

- Невнимательность
- Гиперактивность
- Импульсивность

Эти симптомы могут проявляться у детей совершенно по-разному. Так, ребенок с СДВГ может быть, главным образом:

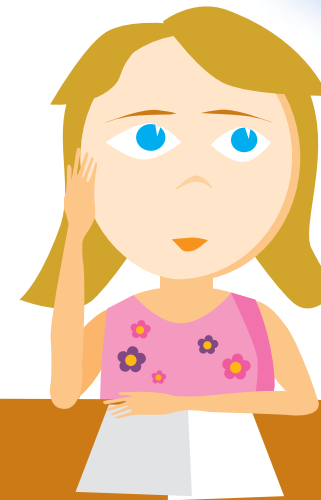
- невнимательным или
- гиперактивным и импульсивным, или
- эти основные симптомы

могут проявляться в различных комбинациях.

Дети с гиперактивностью, т.е. СДВГ, являются классическими «непоседами».

Они обращают на себя внимание своим физическим беспокойством.

Дети без гиперактивности, что также обозначается как СДВ, относятся к так называемым «тихоням». Со своими мыслями «где-то в другом месте» они кажутся часто медлительными и забывчивыми.





### Невнимательность

- ребенок делает ошибки по рассеянности или пропускает детали
- ребенок невнимателен или не может сохранять внимание достаточно долго
- ребенок явно не умеет слушать, даже при прямом обращении к нему

### Гиперактивность

- ребенок прерывает занятия, вскакивает и бежит по помещению
- ребенок «носится» вокруг или карабкается на предметы, независимо от того, где он находится

### Импульсивность

- ребенок «выпаливает» ответ не дослушав вопрос до конца
- ребенок не может дождаться своей очереди
- перебивает и не слушает других

### Подростки с СДВГ

По мере взросления симптомы СДВГ зачастую меняются. С началом полового созревания гиперактивность может постепенно уменьшаться или изменяться, переходя во внутреннее беспокойство, которое не так бросается в глаза.

## Глава 2

# Сопутствующие заболевания

Многие дети с СДВГ также страдают другими заболеваниями, например, недостаточной способностью освоения навыков чтения и письма. Появление определенных, зачастую связанных с СДВГ патологий называют сопутствующими заболеваниями или «коморбидными» заболеваниями.

Для успешного лечения ребенка важно, чтобы эти сопутствующие заболевания были диагностированы и особым образом учитывались в концепции терапии.



**В связи с СДВГ у детей учащаются следующие заболевания:**

- замедленное развитие моторики
- нарушение способности освоения навыков чтения и письма
- нарушение способности обучения счету (дискалькулия)
- нарушения социального поведения
- тревожные расстройства / страхи
- депрессивные и биполярные расстройства
- тики



Более подробную информацию об этом заболевании можно найти в Интернете по адресу:  
[www.ADHS-lebenswelt.de](http://www.ADHS-lebenswelt.de).



Постановка диагноза СДВГ представляет собой сложный процесс. Не существует ни одного теста, который давал бы однозначно положительный или отрицательный результат, так же как не существует ни одного определенного симптома, который бы безошибочно указывал бы на СДВГ. Кроме того, существует большое число заболеваний, которые могут иметь сходные симптомы, и которые должны быть исключены в процессе постановки диагноза.

Большое количество различных необходимых обследований может встревожить некоторых родителей и детей.

В последующем изложении дается описание типичного процесса постановки диагноза, которое наглядно показывает, как протекает этот процесс.

## Последовательность постановки диагноза СДВГ

### 1. Беседа с врачом

Постановка диагноза СДВГ обычно начинается с обстоятельных бесед. Их цель заключается в том, чтобы врач мог составить как можно более точное представление о Вашем ребенке, а также об имеющихся симптомах и проблемах. В ходе бесед с родителями, с самим ребенком (подростком) и, возможно, вне семьи (например, с учителями и воспитателями) врач собирает максимально возможный объем информации.

Обычно при этом задаются вопросы касающиеся рождения ребенка, последующего его развития, стиля воспитания и ситуации в семье. Вам может показаться странным обсуждать с незнакомым человеком свои семейные проблемы, но это иногда необходимо. Беседа с родителями нередко является для врача единственной возможностью правильно понять ситуацию и состояние ребенка.

### 2. Медицинский осмотр и неврологическое обследование

Процесс постановки диагноза включает также полный медицинский осмотр. При этом исследуются основные показатели - вес, рост, кровяное давление, пульс, а также зрение и слух с целью исключить возможные физические причины возникновения рассматриваемых симптомов. При анализе крови также является обычным исключение определенных функциональных нарушений, например функции щитовидной железы.



### 3. Психологические тесты

Использование тестов должно помочь определить способность ребенка к концентрации (через коэффициенты умственного развития IQ) и установить, как у ребенка работает механизм принятия решений. Некоторые особенности поведения ребенка при проведении

тестов могут подкрепить диагноз СДВГ. Также полученные результаты могут указать на другие стороны заболевания, которые могут являться причиной возникновения симптомов или выступать в роли сопутствующего заболевания, например, недостаточной способности овладения навыками чтения и письма.

### 4. Наблюдение за поведением ребенка

На протяжении всего процесса постановки диагноза врачи собирают ценную информацию также в непосредственном общении с ребенком. Эксперты наблюдают, как ребенок ведет себя во время бесед и проведения тестов и сопоставляют наблюдения с диагнозом.

### Результаты обследования

После окончания обследования врач на основе полученных результатов ставит диагноз. При этом следует учитывать, что почти у всех детей иногда возникают отдельные симптомы, которые типичны для СДВГ. Например, зачастую дети бывают очень беспокойными в определенной возрастной фазе.

Чтобы отделить СДВГ от этих в целом «нормальных» фаз, симптомы СДВГ

- не должны соответствовать возрасту и уровню развития,
- должны возникнуть до достижения семилетнего возраста,
- должны сохраняться как минимум на протяжении шести месяцев,
- должны быть четко выраженными (т.е. однозначно отрицательно влиять на социальное поведение и результаты учебы),
- проявляться, по крайней мере, в двух областях жизни; например, в школе и в семье.

## Глава 4

# Возможные формы терапии

Если диагноз СДВГ подтвердился, то вместе с лечащим врачом необходимо найти оптимальную концепцию лечения ребенка.

Для лечения СДВГ имеются различные возможности: терапия может быть ориентирована на симптомы в самом общем виде (например, терапевтическое воздействие на поведение). Наряду с этим имеется возможность медикаментозного лечения СДВГ.

При этом нельзя исходить из того, что успехи терапии в одной области всегда ведут к улучшениям и во всех других областях (например, улучшение моторики не обязательно решает также проблемы поведения в школе). Поэтому, как правило, наиболее обнадеживающим является комбинирование различных мероприятий, так называемая «мультимодальная» терапия.

### Поведенческая психотерапия

Цель поведенческой психотерапии состоит в усилении позитивных и ослаблении негативных образцов поведения, например, с помощью системы поощрений или схем-графиков. Широкое понятие поведенческой психотерапии включает большое число различных терапевтических методов, которые могут иметь разные уклоны, например: ролевые игры, тренинг концентрации внимания, тренинг социальной компетентности и т.п.

Поведенческая психотерапия рассматривается многими экспертами как эффективный метод лечения больных СДВГ. Решение о том, какой вид поведенческой терапии является для ребенка наиболее подходящим, должно приниматься всегда индивидуально. В Германии при назначении поведенческой терапии можно обратиться в больничную кассу



за материальной поддержкой. В случае положительного решения все расходы берут на себя больничные кассы.

При поведенческом тренинге (особенно с маленькими детьми) специалисты также вовлекают в терапевтический процесс родных и близких ребенка.

Родительский тренинг, основывающийся также на принципе поведенческой терапии, мы рассмотрим далее.

### Родительский тренинг

В Германии родительские тренинги, специально ориентированные на СДВГ, предлагаются в различных формах, бывают разной продолжительности и опираются на различные методы. Целью этих мероприятий является облегчение повседневной жизни и улучшение отношений между родителями и детьми благодаря усвоению новых стратегий и поведенческих реакций. Родительские тренинги проводятся психотерапевтами, семейными консультациями и клиниками. Расходы по некоторым (но не всем) родительским тренингам, несут больничные кассы.



## Медикаменты

При выраженных симптомах или сильном психологическом стрессе, для лечения СДВГ используются медикаменты.

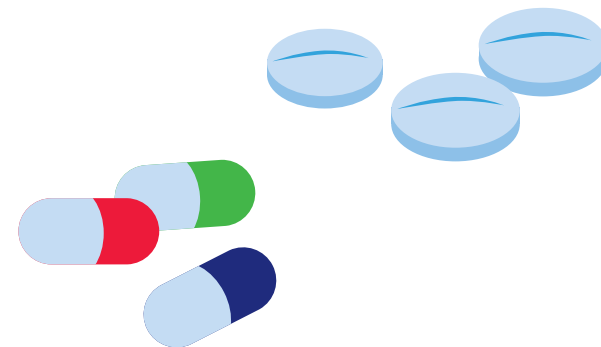
Медикаментозная терапия может служить базой для успешного проведения других терапевтических мероприятий (например, поведенческой психотерапии), так как без применения медикаментов ребенок может оказаться невосприимчив к подобным воздействиям. Это значит, что лекарства не могут сделать ребенка «умнее» (т.е. с их помощью он не может ничему научиться дополнительно), но они могут помочь ему полнее раскрыть свой потенциал.

## Какой медикамент лучше всего подходит для Вашего ребенка?

Для лечения СДВГ применяются различные медикаменты. Некоторые из них назначаются согласно закону о наркотических средствах (BtMG) Германии. Эти препараты различаются, прежде всего, по продолжительности действия и дозировке. При выборе медикамента для лечения ребенка родителям рекомендуется задать следующие вопросы:

- Насколько эффективно действует лекарство на все основные проявления СДВГ у моего ребенка?
- Как долго длится действие лекарства после его принятия?
- Как часто следует давать лекарство?

- В какие часы следует принимать лекарство?
- Насколько быстро действует препарат?
- Принимаются ли в расчет проблемные часы дня, например, занятия в школе или выполнение домашних заданий?
- Какие нежелательные побочные эффекты возможны?





## Дополнительные терапевтические возможности

Кроме медикаментозного лечения имеется много других дополнительных терапевтических методов, применяемых при лечении СДВГ. При этом важно, чтобы лечение было подобрано для ребенка (или для конкретной проблематики) индивидуально, с учетом того, что на базе симптоматики СДВГ могут возникать другие проблемные области (как например весьма напряженная ситуация в семье). Мы предлагаем Вашему вниманию еще два возможных терапевтических метода.

### Семейная психотерапия

При семейной психотерапии в центре внимания находятся отношения между членами семьи. Специалисты считают, что анализ и изменение внутрисемейных отношений могут позитивно повлиять на поведение ребенка. Не существует практически никаких исследований в области эффективности семейной терапии при лечении СДВГ.



Однако данная терапия может быть полезна при возникновении серьезных проблем в отношениях между членами семьи, например, при усилении соперничества между детьми в семье до такой степени, что напряжение в отношениях не снимается даже при улучшении симптоматики СДВГ.

### Обратная нейронная связь

При обратной нейронной связи дети должны сознательно тренировать свою мозговую активность с помощью специальной компьютерной программы. На сегодняшний день в области обратной нейронной связи существует лишь небольшое число исследований. Хотя результаты этих исследований являются обнадеживающими, они пока еще не позволяют сделать окончательные выводы. Обратная нейронная связь является довольно дорогостоящим методом лечения. Кроме того, в настоящее время эта терапия предлагается лишь немногими специалистами, и расходы на лечение зачастую не берут на себя больничные кассы.



## Другие дополнительные терапевтические возможности

- тренинг снятия напряжения
- эрготерапия
- психомоторный тренинг
- занятия с логопедом

В связи с многочисленными предложениями дополнительных терапевтических возможностей, перед началом курса терапии желательно собрать наиболее полную информацию. При этом рекомендуем обратить внимание на следующие вопросы:

- Какова квалификация специалистов?

- Кто берет на себя расходы?
- Какие темы охватывает терапия?
- Каков стаж специалиста в этой области?
- Есть ли у вас знакомые, имеющие личный опыт и хорошо отзывающиеся об этом предложении?
- Какова продолжительность курса терапии и сколько длится отдельный сеанс?

**Более подробную информацию об этом заболевании можно найти в Интернете по адресу:**  
[www.ADHS-lebenswelt.de](http://www.ADHS-lebenswelt.de)