

Гиперактивность у детей – что это такое?

Даже самых скромных познаний любого россиянина в иностранных языках достаточно, чтобы определить, что слово «гиперактивность» означает «сверха́ктивность». Под детской гиперактивностью специалистами понимается такая картина физического и психологического развития ребёнка, при которой наблюдаются дефицит внимания, импульсивность, повышенная двигательная активность и возбудимость. Такой гиперактивный ребёнок стремится успеть как можно больше, всё и сразу, однако эта торопливость не носит продуктивного характера – не успев толком познакомиться с одним предметом или занятием, ребёнок уже заинтересовался другой вещью или родом деятельности, бросает свои первоначальные дела и начинает новые. Затем также поступает и с новыми объектами своего интереса, потом с третьими, с четвёртыми, и так далее, и так далее. Кроме того, для большинства детей с этим синдромом характерны недостатки координации движений, несформированность мелкой моторики (что выражается в двигательной неловкости, неуклюжести). Так, у них возникают сложности при завязывании шнурков, застегивании пуговиц, использовании ножниц, освоении навыков рисования и письма. Не следует любого возбужденного ребенка относить к категории гиперактивных. Если ваш ребенок полон энергии, если она бьет через край, отчего малыш порой становится упрямым и непослушным, — это не значит, что он гиперактивен. Если вы заболтались со своей подружкой, а ребенок начинает злиться, не может устоять на месте, усидеть за столом, — это нормально. Утомляют детей и длительные переезды. У всякого ребенка время от времени случаются минуты гнева. А сколько детей начинают «разгуливаться» в постели, когда пора спать, или балуются в магазине! То, что ребенок становится как заводной, давая выход скуке, вовсе не считается признаком гиперактивности. Быть может, это временно. Или просто так сложилась ситуация.

Вот здесь и кроется главное отличие ребенка живого, активного от гиперактивного.

Гиперактивный ребенок, независимо от ситуации, в любых условиях — дома, в гостях, в кабинете врача, на улице — будет вести себя одинаково: бегать, бесцельно двигаться, не задерживаясь надолго на любом, самом интересном предмете. И на него не действуют ни бесконечные просьбы, ни уговоры, ни подкуп. Он просто не может остановиться. У него не работает механизм самоконтроля, в отличие от его сверстников, даже самых избалованных и живых. Этих можно уговорить, наказать, в конце концов. Гиперактивных — бесполезно, их надо сперва подлечить. Детская гиперактивность не является чем-то исключительным: по данным отечественных медиков примерно пятая часть младших школьников нашей страны (мальчики в два раза чаще, нежели девочки) является гиперактивными. По мере взросления гиперактивность может сойти на нет и «естественным» путём, однако уповать лишь на это не стоит – статистика

свидетельствует, что 70% детей, чья гиперактивность была выявлена в дошкольные и младшие школьные годы, сохраняют подобные качества и в подростковом возрасте, причём риск социально опасного поведения среди таких тинейджеров очень высок, немногим меньше половины из них имеют в своём «послужном списке» факты агрессивного поведения и насилия, задержание органами милиции, попытки покончить с собой. Поэтому родительский диагноз «а, ничего, с возрастом пройдёт» в данном случае абсолютно не применим, развитие гиперактивного ребёнка нужно контролировать и корректировать.

Как определить, подвержен ли ребёнок гиперактивности? Проявление синдрома дефицита внимания с гиперактивностью определяется тремя основными критериями (симптомокомплексами). Это невнимательность, гиперактивность и импульсивность.

Понятие «невнимательность» в данном случае складывается из следующих признаков:

- Обычно ребенок не способен удерживать (сосредоточивать) внимание на деталях, из-за чего он допускает ошибки при выполнении любых заданий (в школе, детском саду).
- Ребенок не в состоянии вслушиваться в обращенную к нему речь, из-за чего складывается впечатление, что он вообще игнорирует слова и замечания окружающих.
- Ребенок не умеет доводить выполняемую работу до конца. Часто кажется, что он таким образом высказывает свой протест, потому что ему не нравится эта работа. Но дело все в том, что ребенок просто не в состоянии усвоить правила работы, предлагаемые ему инструкцией, и придерживаться их.
- Ребенок испытывает огромные трудности в процессе организации собственной деятельности (не важно — построить ли дом из кубиков или написать школьное сочинение).
- Ребенок избегает заданий, которые требуют длительного умственного напряжения.
- Ребенок часто теряет свои вещи, предметы, необходимые в школе и дома: в детском саду никогда не может найти свою шапку, в классе — ручку или дневник, хотя предварительно мама все собрала и сложила в одном месте.
- Ребенок легко отвлекается на посторонние стимулы.
- Ребенок постоянно все забывает.

Для того чтобы поставить ребенку диагноз «невнимательность», у него должно присутствовать как минимум шесть из перечисленных признаков, которые сохраняются по меньшей мере шесть месяцев и выражены постоянно, что не позволяет ребенку адаптироваться в нормальной возрастной среде.

Понятие «гиперактивность» включает в себя следующие признаки:

- Ребенок суетлив, никогда не сидит спокойно. Часто можно видеть, как он беспричинно двигает кистями рук, стопами, елозит на стуле, постоянно оборачивается.
- Ребенок не в состоянии долго усидеть на месте, вскакивает без разрешения, ходит по классу и т.п.
- Двигательная активность ребенка, как правило, не имеет определенной цели. Он просто так бегает, крутится, карабкается, пытается куда-то залезть, хотя порой это бывает далеко не безопасно.
- Ребенок не может играть в тихие игры, отдыхать, сидеть тихо и спокойно, заниматься чем-то определенным.
- Ребенок всегда нацелен на движение.
- Часто бывает болтливым.
- Понятие «импульсивность» включает в себя следующие признаки:
- Ребенок часто отвечает на вопросы, не задумываясь, не дослушав их до конца, порой просто выкрикивает ответы.
- Ребенок с трудом дожидается своей очереди, независимо от ситуации и обстановки.
- Ребенок обычно мешает другим, вмешивается в разговоры, игры, пристаёт к окружающим.

Говорить о гиперактивности и импульсивности можно только в том случае, если из перечисленных выше признаков присутствуют как минимум шесть и сохраняются они не менее шести месяцев.

Причины гиперактивности у детей.

Наследственность. По данным некоторых специалистов, у 57% родителей, чьи дети страдают этим заболеванием, в детстве отмечались такие же симптомы. Многие на приеме у врача рассказывают про свое трудное детство: как непросто было им в школе, сколько приходилось лечиться, и вот теперь те же проблемы возникают у собственных детей.

Окружающая среда. Исследования показали возможную взаимосвязь между использованием сигарет и употреблением алкоголя во время беременности и риском развития СДВГ у новорожденного ребенка.

Беременность и роды. Любые проблемы во время беременности и родов — какими бы незначительными они ни казались непросвещенному человеку — могут иметь различные отрицательные последствия, которые обычно проявляются не сразу после рождения ребенка, а спустя некоторое время. Речь идет об угрозе выкидыша, токсикозах, обострениях хронических заболеваний у матери, перенесенных инфекциях

Опасности первых лет жизни. Мозг человека формируется на протяжении первых 12 лет его жизни, и, естественно, в этот период он наиболее уязвим. Любые, казалось бы, малозначительные, удары, ушибы могут впоследствии сказаться на здоровье ребенка. Следует помнить, что травмы головы могут нарушить деятельность мозга в любом возрасте, но в период созревания, то есть до 12 лет, они особенно опасны. Отрицательно

сказываются на формировании мозга и любые заболевания в младенчестве, если они проходят с длительной высокой температурой, а также прием некоторых сильнодействующих препаратов.

Питание. В современной педиатрии существует точка зрения, что одной из причин гиперактивности может стать неправильное питание ребенка. И далеко за примерами ходить не надо, достаточно проанализировать нынешний рост заболеваемости СДВГ и продукты, которые сегодня попадают на стол ребенку. Ведь, как известно, в большинстве из них содержатся различные консерванты, ароматизаторы, искусственные наполнители, пищевые красители, которые негативно влияют на нейрохимические процессы. А гиперактивность, нарушение внимания, беспокойство — все это проявления в том числе химического дисбаланса мозга. Кроме того, опасным в данном случае может стать любой продукт, который вызывает аллергию у ребенка.

Дефицит питательных элементов. Исследования показали, что многие гиперактивные дети страдают от нехватки совершенно определенных витаминов, микроэлементов и основных жирных кислот. Главным образом — это витамины группы В. Практически все. Но особенно заметен дефицит витамина В12.