## Гиперактивность - что это значит?

Гордость родителей за своих успешных буквально во всём детей понять можно. Да и действительно, когда ребёнок схватывает всё буквально на лету, он любознателен, увлекается любым новым делом, у него подвижная мимика и быстрая речь – это не может не радовать. Если только не одно НО - его поведение оставляет желать лучшего. Увлечение новой игрой или занятиями быстро теряет для него всякий интерес, он не может толком сосредоточиться, отчего спокойные игры навеивают на него небывалую тоску. До поры до времени это всё терпится, но всё чаще он бывает настолько непослушен и неорганизован, что вы начинаете на него раздражаться. А любая попытка угомонить своё чадо приводит только к обиде, горьким слезам и истерике. Что же это за замкнутый круг? Почему даже самый маленький успех даются ему таким тяжёлым трудом? Многие мамы, вздыхая, говорят, мол, конечно, мой ребёнок гиперактивный. Об этом много пишут, говорят и показывают по ТВ. Но так ли это на самом деле? И если это действительно не скверный характер и не плохое воспитание ребёнка, а серьёзное нарушение на уровне физиологии, то какие методы помогают избавиться от так называемого синдрома дефицита внимания и гиперактивности? Где и у кого искать помощь? На эти вопросы отвечает врач-невролог высшей категории, заслуженный врач России Галина Яковлевна Никитёнок.

- Галина Яковлевна, так часто приходится слышать во дворах разговоры молодых мам о том, какие у них дети неусидчивые, непослушные и такие сякие, и что на все эти неприятности есть только одно оправдание мой ребёнок гиперактивный. Наверно само понятие «гиперактивность» настолько тесно вошло в нашу повседневную жизнь, что потеряло своё истинное медицинское значение. Когда речь о гиперактивности идёт именно как о диагнозе???
- Сегодня проблема гиперактивного ребёнка действительно очень значима. И если два-три года назад об том говорили еще мало, то сегодня СДВГ, т.е. синдром дефицита внимания и гиперактивности знают практически уже все, только неправильно его трактуют. Кто такой сегодня гиперактивный ребёнок? Это ребёнок совершенно здоровый с сохранной психикой, благополучный ребёнок, но чрезмерно активный. Как правило, никаких других жалоб со стороны мамы нет, кроме того, что её малыш слишком много двигается, слишком возбудимый, слишком эмоциональный и т.д. Я бы сказал, что ко всем психологическим моментам прибавляется одно слово слишком.

Но есть еще такие дети, у которых со временем появляется ряд проблем именно из-за их гиперактивности. Самая распространённая проблема — это рассеянное внимание. Заставить такого ребёнка посидеть пять минут и позаниматься одним каким-либо делом достаточно сложно. Также часто встречается проблема взаимоотношения ребёнка с другими детьми. Он не может войти в новый коллектив, не умеет принимать общепринятые правила игры, не умет идти на компромисс, по натуре своей очень вспыльчив и

обидчив. Многие моменты можно списать на характер или же принять как разовое явление такого поведения. Может погода сегодня плохая, может у ребёнка неважное настроение, не выспался или просто находится не в духе. Но если это происходит систематически, то закрывать на это глаза ни в коем случае нельзя.

- Имеет значение возраст ребёнка? Ведь есть возрастные кризисы, которые ✔ надо просто пережить и всё нормализуется само собой.
- Конечно. Возраст имеет огромное значение. Как правило, у гиперактивных детей проблемы проявляются, начиная трехлетнего возраста. До трёх лет, пока ребёнок большую часть времени находится рядом с мамой, всё протекает более-менее терпимо. И вот ребёнку исполняется три года, и теперь он начинает выдавать всё, что нравится и не нравится маме. Вполне закономерно, что к нему повышаются требования и претензии со стороны родителей. Так вот к ним надо относиться очень серьёзно.

Если ребёнок не слышит маму, если он находится в постоянном движении, быстро меняет сферу игровой деятельности, иногда проявляет беспричинную агрессию, то в это случае уже однозначно надо обязательно обращаться врачу. Это не просто гиперактивный ребёнок, это уже проблема здоровья, а конкретно какой проблемы разберётся уже специалист.

Сегодня само словосочетание «гиперактивный ребёнок» стало модным в детском садике, в школе, в развивающем центре, на детской площадке. Вполне понятно, почему эти дети проблемные для воспитателей и педагогов. И сегодня самое главное не перегнуть бы палку и не заняться «гипердиагностикой» этого заболевания. Потому что ярлык в какой-то степени на ребёнка вешают все. И именно поэтому сегодня очень много детских судеб вершатся, в общем-то, неправильно.

- Когда эта проблема гиперактивности стала наиболее ярко выражена?
- Это была вторая половина девяностых годов. Тогда я заметила, что гиперактивные дети появились в социально-обеспеченных семьях. Почему? Потому что в семье имеется хороший достаток, потому что появилось изобилие информации, в жизни детей появились компьютеры, интернет и различны компьютерные игры. И вот это чрезмерное желание родителей приобрести как можно больше средств для того, чтобы развивался их ребёнок потом приводило к тому, что эти дети получали избыток информации, и как следствие этого нервный срыв.
- Получается, что родители используют детей как реализацию своих несбывшихся возможностей?

Именно! И это самая большая ошибка, которую возможно неосознанно совершают родители по отношению к своему ребёнку.

- Галина Яковлевна, скажите, как же тогда найти грань между гиперактивностью и плохим воспитанием? Ведь многие моменты пересекаются и порой сложно понять, что это: непослушание или проблема здоровья ребёнка?
- Правильно вы сказали пересекаются. Но оценить это может только специалист, а именно врач-невролог! Родитель правильно дать оценку не

сможет, потому что у родителя ребёнок всегда самый любимый и самый желанный. И это правильно! Иногда родители видят в ребёнке настолько всё позитивное, что негативные моменты стираются. У ребёнка развивается культ личности. И когда он с таким высоким мнением о себе поступает в школу и вдруг случается нервный срыв. Для семьи это как гром среди ясного неба. Но время ушло и в этом случае ребёнку нужен уже другой специалист и решается эта проблема уже другими методами.

Нужно всегда помнить, что под этим синдромом, под необычностью поведения ребёнка таятся серьёзные неврологические заболевания, которые требуют длительного курса лечения.

Нужно обязательно обследовать ребёнка у невролога, чтобы он дал своё заключение. Если выяснится, что данный ребёнок не нуждается в медикаментозном лечении, в наблюдении невролога, тогда ему будет показана коррекция психологического состояния. Психолог путём тестирования и бесед с родителями найдёт путь и подскажет, как выйти из этой ситуации, чтобы не навредить ни ребёнку, ни родителям!

- А если вернуться на несколько лет назад. Еще в грудничковом возрасте мы делаем ребёнку нейросонографию, и вдруг выясняется, что у малыша повышенное внутричерепное давление. А ведь если на эту проблему не обратить внимание именно в том раннем периоде развития малыша, то это всё выльется в гиперактивность уже в двух-трех-четырёхлетнем возрасте...
- Действительно, как правило, все новорожденные дети осматриваются неврологом. Когда врач-невролог настораживает родителей и говорит им, что их ребёнок по определённым симптомам входит в группу риска, то такого малыша ни в коем случае нельзя оставлять без внимания и наблюдения специалиста. Но это уже отслеженные дети. И с ними ведется плановая работа. А ведь есть ребятишки, у которых никогда не было проблем со здоровьем. Допустим, невролог ничего не выявил на раннем этапе их развития, и вдруг откуда ни возьмись в три года появляются все вышеперечисленные признаки, за которыми стоит достаточно серьёзный диагноз СДВГ.
- Какие сегодня существуют средства для лечения синдрома дефицита внимания и гиперактивности?
- Есть замечательный препарат «Стратера». Он только-только появился на российском рынке. Это совершенно новый препарат, который оказывает влияние на нормализацию двигательной активности и спокойного сна, а также способствует выработке усидчивости и внимания. Единственное «но» этот препарат назначается детям только с шестилетнего возраста и только по назначению врача-невролога! Хотя, безусловно, до шести лет дети тоже подлежат медикаментозному лечению, но назначать его должен только врач. Никаких самостоятельно принятых решений в проведении лечения даже и быть не должно. Это ваш ребёнок и вы несете огромную ответственность за его здоровье и судьбу.

- Галина Яковлевна, а если взглянуть на общие проблемы, которые сегодня существуют в семьях, с чем чаще всего мамы обращаются к врачамневрологам? Что молодых родителей беспокоит больше всего?

- Ну это различные астенические состояния детей, заикание, беспокойство, неоправданная агрессия, излишняя двигательная активность, плохой сон. Кстати бессонница является одной из самых частых причин обращения к врачу неврологу. Дети плохо засыпают, не могут успокоиться перед сном, либо часто просыпаются среди ночи, плачут, лунатят. Я думаю, что в этом случае родителям важно знать одно: плохой сон не является возрастной трудностью. Это либо физиологическая, либо психологическая проблема. Ребёнок в норме должен спать спокойно и всю ночь! Ну а что именно стоит за ночным беспокойством малыша надо обязательно разобраться. И делать это надо вкупе с неврологом, педиатром и психологом. Я думаю, что данная тема достойна отельного освещения. И мы к ней обязательно вернёмся еще в наших следующих беседах.

С чем еще к нам обращаются за помощью? Часто дети жалуются на головную боль, особенно когда ребёнок пошёл в школу. Для него школа — это совершенно новая жизнь и новый этап развития, который протекает с небывалыми нагрузками как физическими, так и умственными. Иногда родители замечают в мимике ребёнка некоторые изменения. Это так называемые тики, т.е. сильные моргания глаз, выпячивания губ, постоянное шмыгание носом. И это тоже нельзя оставлять без внимания, потому что тик — это внешнее проявление внутренних проблем неврологического характера.

- Какую ошибку чаще всего допускают родители в отношении здоровья своих детей? Именно по части вашей профессиональной деятельности?
- Самая большая ошибка мам и пап это даже при большой родительской любви оставить ребёнка без внимания. Как часто мы не замечаем элементарных, казалось бы, самых видных вещей в поведении и здоровье своих ребятишек. Ну а если проблема стала видна, что называется, налицо, то нужно чётко определить границы, где ребёнок нуждается в наблюдении специалиста и медикоментозном лечении, а где достаточно просто скорректировать его психологическое состояние или же изменить атмосферу в семье. Кстати порой всего лишь правильная организация труда и отдыха ребёнка может избавить его от многих трудностей. Здесь есть над чем задуматься, но то уже забота родителей.