

## ΔΙΑΤΑΡΑΧΗ ΕΛΛΕΙΜΜΑΤΙΚΗΣ ΠΡΟΣΟΧΗΣ –ΥΠΕΡΚΙΝΗΤΙΚΟΤΗΤΑΣ (ΔΕΠΥ)

Η Διαταραχή Ελλειμματικής Προσοχής-Υπερκινητικότητας ΔΕΠ-Υ, είναι μια νευροαναπτυξιακή διαταραχή και εκδηλώνεται με συμπτώματα απροσεξίας, υπερκινητικότητας και παρορμητικής συμπεριφοράς ενώ στην εφηβεία παρατηρούνται αυξανόμενα συμπτώματα. Είναι η συχνότερη παιδοψυχιατρική διάγνωση στη σχολική ηλικία που εμφανίζεται κυρίως σαν πρόβλημα μάθησης και συμπεριφοράς. Τα αγόρια διαγιγνώσκονται με ΔΕΠΥ 3-4 φορές συχνότερα απ' ότι τα κορίτσια, σε κλινικά πλαίσια αυτό συμβαίνει διότι τα αγόρια παρουσιάζουν πιο εμφανή συμπτωματολογία.

Μολονότι σήμερα υπάρχει πολύ καλύτερη πληροφόρηση, η ΔΕΠΥ εξακολουθεί να μην αναγνωρίζεται επαρκώς, αφού δεν διαγιγνώσκεται σε περισσότερες από τις μισές περιπτώσεις με αποτέλεσμα οι δυσκολίες των παιδιών να εμμένουν. Είναι σημαντικό να διαγνωστεί έγκαιρα ώστε να αντιμετωπιστεί ανάλογα από τον κατάλληλο ειδικό με την εφαρμογή ενός ολοκληρωμένου εξατομικευμένου βιοψυχοκοινωνικού μοντέλου που στοχεύει στην πρόληψη των επιπλοκών και στην πολύπλευρη αντιμετώπιση του ατόμου με ΔΕΠΥ αλλά και του περιβάλλοντος του.

Στα παιδιά η απροσεξία εκδηλώνεται σαν δυσκολία προσήλωσης της προσοχής σε μια συγκεκριμένη εργασία, εύκολη απόσπαση δε από άσχετα ερεθίσματα, ξεχνάνε ή χάνουν τα πράγματά τους και έχουν απαίτηση για άμεση ικανοποίηση των αναγκών τους. Αλλάζουν παιχνίδια συχνότερα και ασχολούνται λιγότερο χρόνο με το καθ' ένα. Σε έντονο βαθμό δε, παρουσιάζεται αυτό όταν ζητάμε να συγκεντρωθεί σε μια εργασία που είναι βαρετή και επαναλαμβανόμενη, όπως σχολικά μαθήματα ή μικροδουλειές στο σπίτι. Συχνά ονειροπολούν, «χάνονται» και απασχολούν τους γονείς και τους εκπαιδευτικούς όταν η σχολική επίδοση αρχίζει να πέφτει. Λόγο της παρορμητικότητας δυσκολεύονται να περιμένουν στη σειρά τους, ξεκινούν μια εργασία πριν ολοκληρωθούν οι οδηγίες, έχουν λεκτική αδιακρισία ενώ μιλούν υπερβολικά. Η υπερκινητικότητα χαρακτηρίζεται από αυξημένη κινητική δραστηριότητα και ομιλία. Κινούν νευρικά τα χέρια και τα πόδια, στριφογυρνούν στη θέση τους, είναι ανήσυχα και έχουν υπερβολική ή άσκοπη κινητικότητα σε σχέση με την εργασία που κάνουν, κοιτούν συνεχώς γύρο τους και πειράζουν τους άλλους. Πρέπει να θυμόμαστε ότι κάθε παιδί είναι διαφορετικό και παρουσιάζει τα παραπάνω προβλήματα με διαφορετικούς τρόπους. Οι μη γνώστες της διαταραχής χαρακτηρίζουν τα άτομα, με έλλειψη αυτοελέγχου, ανεύθυνα, ανώριμα, αγενή, «σαν να έχουν μοτεράκι».

Στους έφηβους η αύξηση των ακαδημαϊκών υποχρεώσεων κάνει πιο αισθητή την έλλειψη προσοχής με αποτέλεσμα τη χαμηλή σχολική επίδοση. Μπορεί να θεωρηθούν τεμπέληδες. Σημαντική έκπτωση των ακαδημαϊκών και κοινωνικών δεξιοτήτων. Δεν είναι σπάνιο έφηβοι με ΔΕΠΥ να εμπλακούν σε ριψοκίνδυνες σεξουαλικές δραστηριότητες, ενδοοικογενειακές συγκρούσεις ή ακόμα να έχουν προβλήματα με το νόμο. Δυσκολεύονται να κρατήσουν υποσχέσεις και δεσμεύσεις που έχουν δώσει. Οδηγούν ριψοκίνδυνα τις περισσότερες φορές ενώ μερικοί οδηγούν δίχως δίπλωμα, με ιστορικό κλήσεων για παραβάσεις του Κ.Ο.Κ.. Στον επαγγελματικό τομέα παρατηρείται

ασταθής απασχόληση, αναλαμβάνουν ρίσκα μεγαλύτερα απ' όσα μπορούν και συχνά παρουσιάζουν προβλήματα στις συνεργασίες τους (ξεσπάσματα θυμού). Η υπερκινητικότητα κατά την εφηβεία μετατρέπεται σε αίσθημα ανησυχίας, όπου απ' τους άλλους εκλαμβάνεται σαν ανυπομονησία ή πλήξη. Εμμένουν όμως η υπερβολική ομιλία, με τάση να διακόπτουν τους άλλους και η απροσεξία.

Άλλα προβλήματα συμπεριλαμβάνουν παρορμητική σπατάλη χρημάτων, δυσκολίες στην οδήγηση, δυσκολία αναστολής της συναισθηματικής απάντησης και σημαντικά αυξημένο κίνδυνο κατάχρησης ουσιών.

Η ΔΕΠΥ συχνά παρουσιάζεται με άλλες συνοδές καταστάσεις όπως διαταραχές άγχους, διαταραχές διαγωγής και σε μαθησιακές διαταραχές σε ποσοστά που αγγίζουν το 61 %. Τα περισσότερα παιδιά έχουν δυσκολίες στην παραγωγή γραπτού λόγου.

Οι επιπτώσεις της νόσου στην ανάπτυξη του παιδιού μπορεί να είναι μακροχρόνιες, ιδιαίτερα αν δεν αντιμετωπιστούν σωστά. Αν και κάποιες αποτελούν τις άμεσες συνέπειες της ίδιας της διαταραχής, οι περισσότερες σχετίζονται με τα επακόλουθα προβλήματα στις κοινωνικές σχέσεις, στην ακαδημαϊκή επίδοση και την συναισθηματική ανάπτυξη. Οι επιπτώσεις αυτές μπορούν να ελαχιστοποιηθούν με τη σωστή θεραπεία.

Η ΔΕΠΥ είναι η αιτία της συμπεριφοράς, όχι η δικαιολογία της!

Σε μια μέση τάξη 30 μαθητών η έρευνα υποστηρίζει ότι τουλάχιστον οι δύο θα έχουν ΔΕΠΥ.

Αναρωτηθήκατε ποτέ πόσο εύκολα μπορείτε να εστιάσετε σε καταστάσεις που δεν απολαμβάνετε; Η τηλεόραση καθώς και τα ηλεκτρονικά παιχνίδια δεν συμπεριλαμβάνονται.

Μιχαήλ Τζουραμάνης