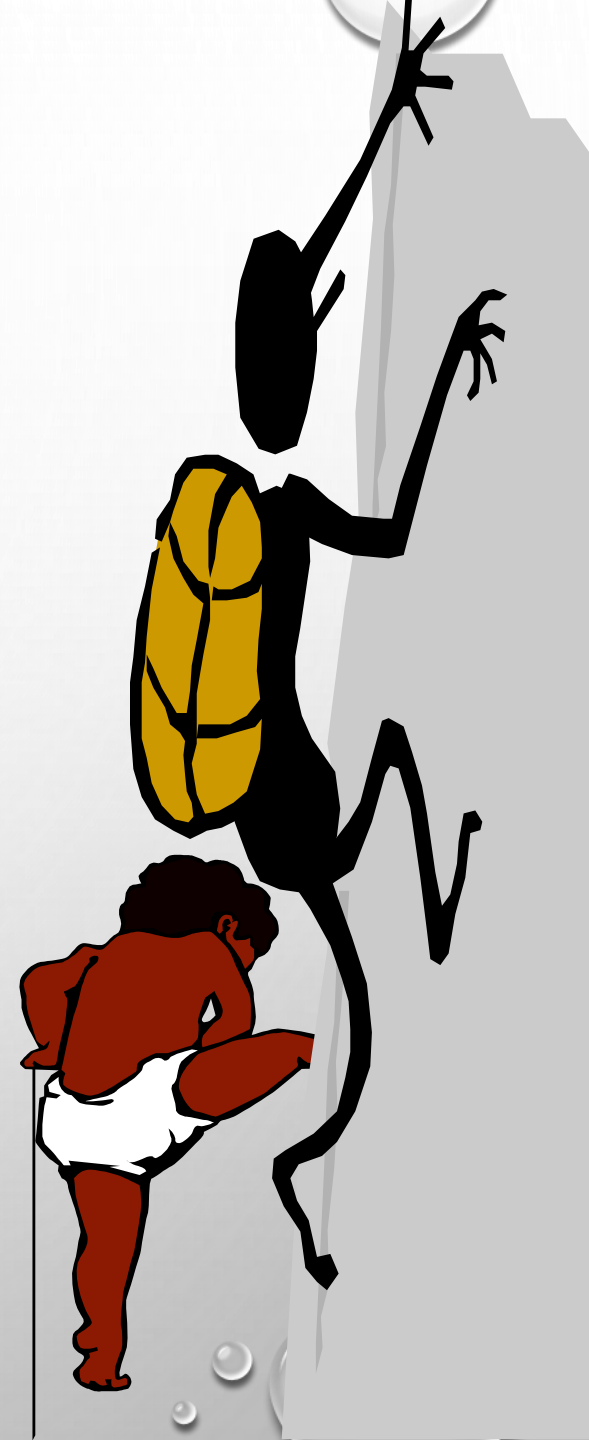
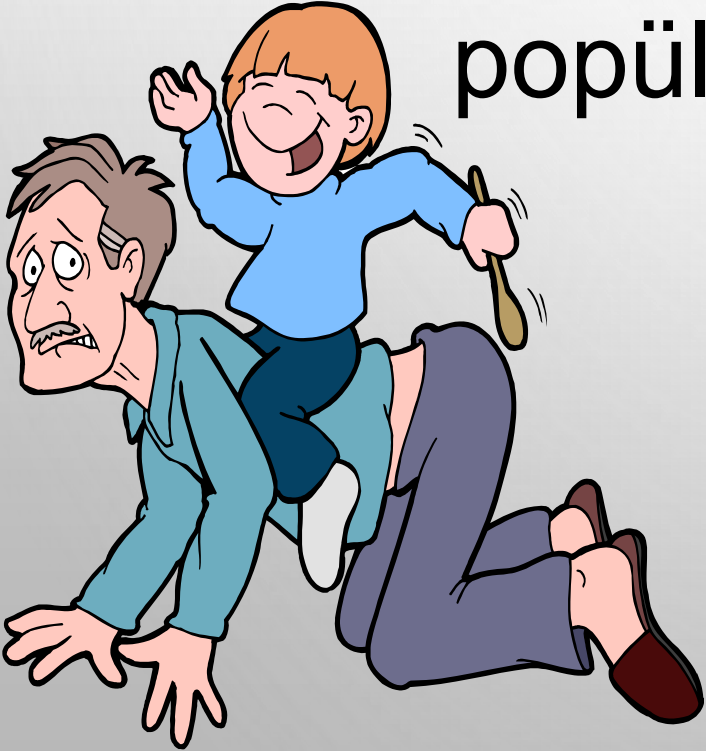


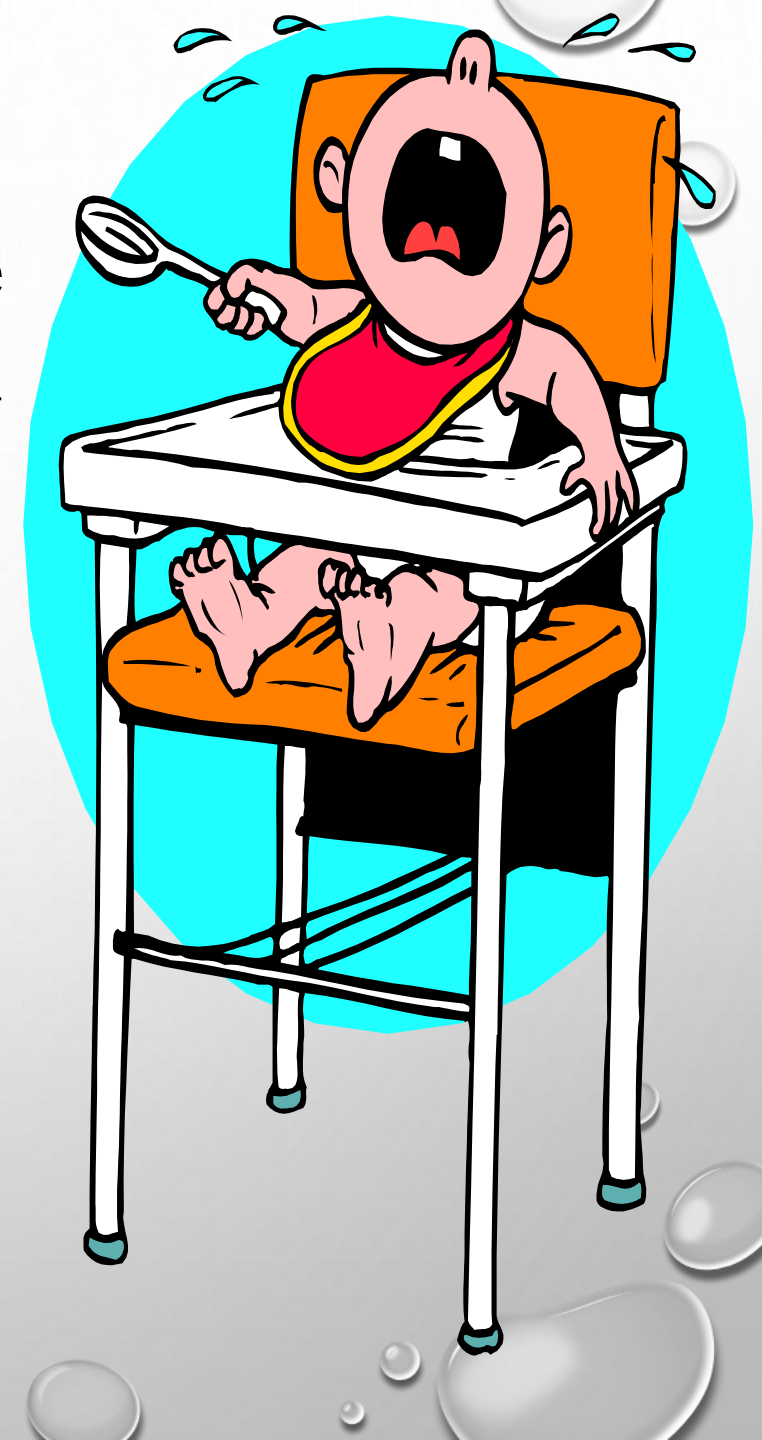
DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE



Son 25-30 yıldır Çocuk
Psikiyatrisi kliniklerinde dikkat
eksikliği hiperaktivite
bozukluğu (DEHB) tanısı
popüleritesini korumaktadır.



Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu'nun (DEHB) temel özelliği, kalıcı ve sürekli olan dikkat süresinin kısalığı, engellemeye yönelik denetim eksikliği nedeniyle davranışlarda ya da bilişte ortaya çıkan ataklık ve huzursuzluktur



DEHB çocuklu çağının en önemli psikiyatrik sorunlarının başında gelir. Aileyi, okulu ve toplumu ilgilendiren yönleriyle ve geniş anlamıyla bir eğitim ve öğretim sorunudur. Sorunun erken teşhisinde tedaviden elde edilen sonuçların yüz güldürücü olması hiperaktivitenin sağlık ve eğitim alanında çalışanlar tarafından mutlak bilinmesi gerekli konular arasında yer alması gerçeğini göstermektedir.

Gelişimsel olarak aşağıdaki
3 temel sorun ortaya çıkmaktadır:

1. Kısa dikkat süresi



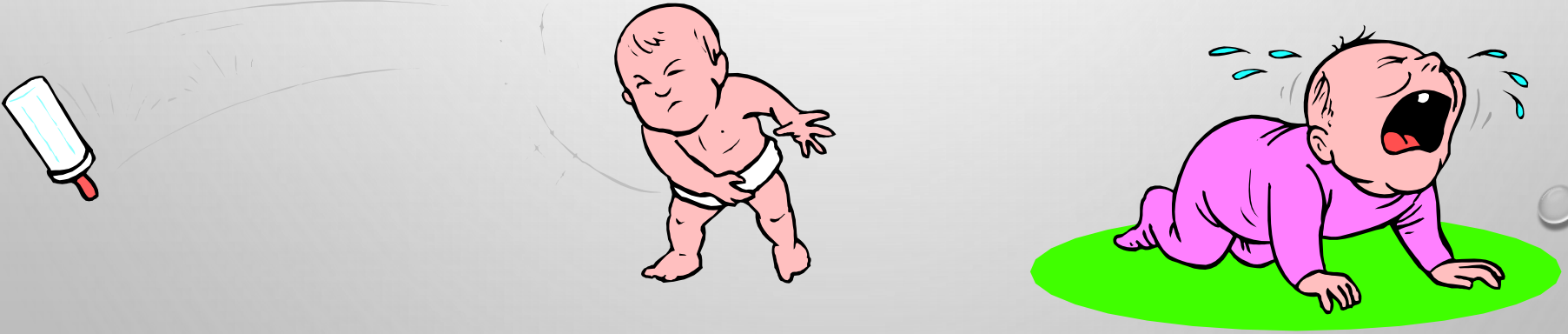
2. Yetersiz dürtü kontrolü



3. Aşırı hareketlilik



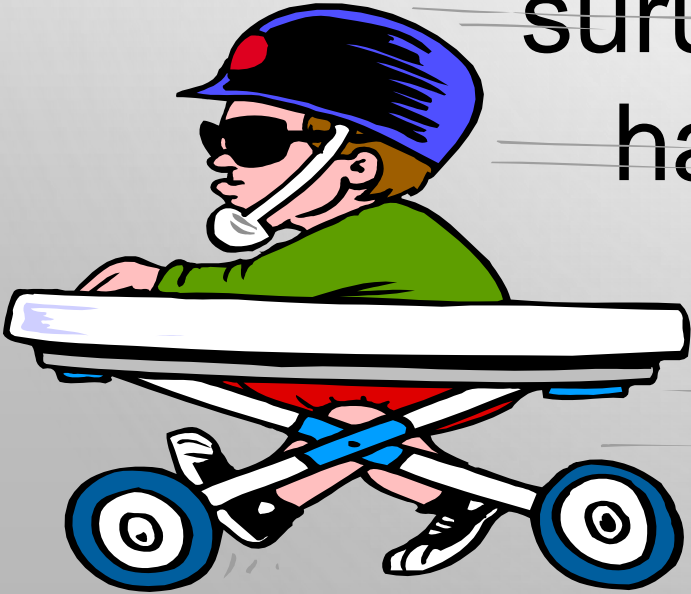
**“düz duvara tırmanır” ,
“onu bir yerde zaptetmek imkansız” ,
“”ele avuca sığmaz” ,
“beş dakikadan fazla yerinde oturmaz” ,
“oyun oynarken daldan dala konar”**



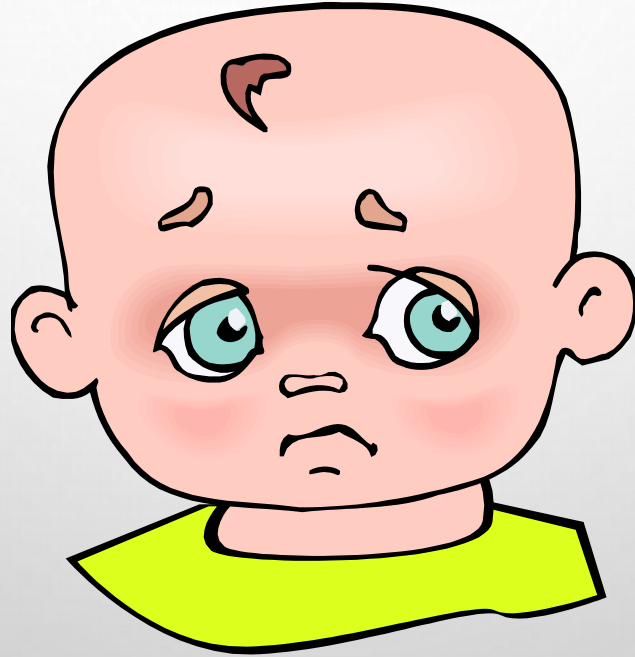
AŞIRI HAREKETLİLİK (HİPERAKTİVİTE)

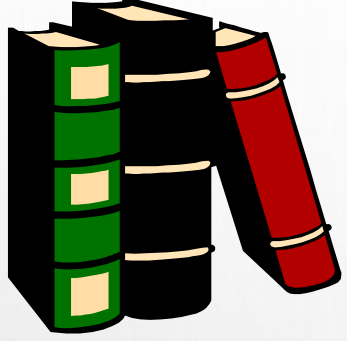


Ancak DEHB'da ise çocuğun hareketliği aşıridır ve yaşıtlarıyla kıyaslandığında farklılık hemen anlaşılır. Genellikle bu çocuklar bir motor tarafından sürölüyormuş gibi sürekli hareket halindedirler.



DİKKAT EKSİKLİĞİ

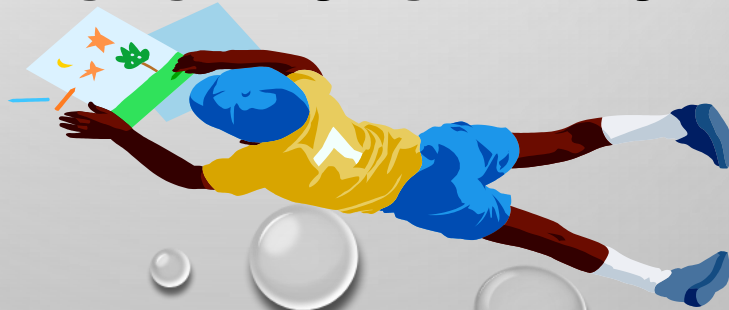




Çocukta dikkat kusuru özellikle eğitim hayatının başlamasıyla belirgin hale gelir. Okul öncesi dönemde de her şeyden çabuk sıkılan ve bıkan bu çocuklar, oyuncaklardan dahi sıkılıp kısa bir süre sonra onları parçalamayı tercih ederler. Okulun başlamasıyla birlikte öğrenmeye karşı ilgisizdirler.



Dikkat eksikliği okul öncesi dönemde pek fark edilmeyebilir. Ancak bu çocukların bir kısmı ders dışı işlerde de çabuk sıkılma belirtileri gösterirler. Zeka düzeyi iyi olan ve ek olarak özel öğrenme güçlüğü olmayan çocuklar ilkokulun 3.ve 4.sınıflarına kadar derslerde sorun yaşamayabilirler. alışmadıkları ve dersi iyi takip etmedikleri halde notları kötü olmayabilir. Derslerin ağırlaşmasıyla birlikte başarıda ciddi düşüşler yaşanmaya başlanır.



İMPULSİVİTE (DÜRTÜSELLİK)



Sabırsızlıkları, sırasını beklemekte güçlük çekmeleri ve yönergeleri dinlemeleri tipik özellikleridir. Sonuçta kendisi ve çevresindekiler için zararlı olabilecek fevri (bir şeyi birdenbire, düşünmeden yapan kişi) hareketleri ve sınır tanımadaki zorlukları davranış sorunlarının ilk habercileri gibidir.



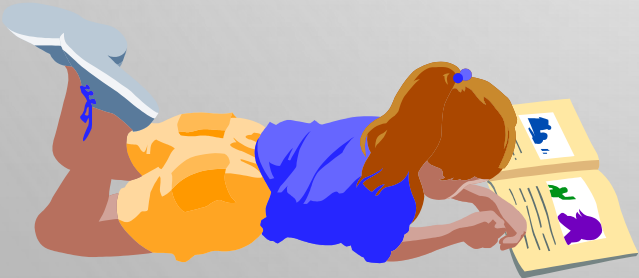
**GÖRÜLME YAŞI,
CİNSLER ARASI FARK
VE GÖRÜLME SIKLIĞI**



Belirtilerin 7 yaşından önce başlaması gerekir. Genellikle 4-5 yaşlarında belirtiler belirgin hale gelir. Ancak bir kısmı bebekliklerinden itibaren huysuzlukları az uyumaları ve az yemeleri ile dikkat çekerler.

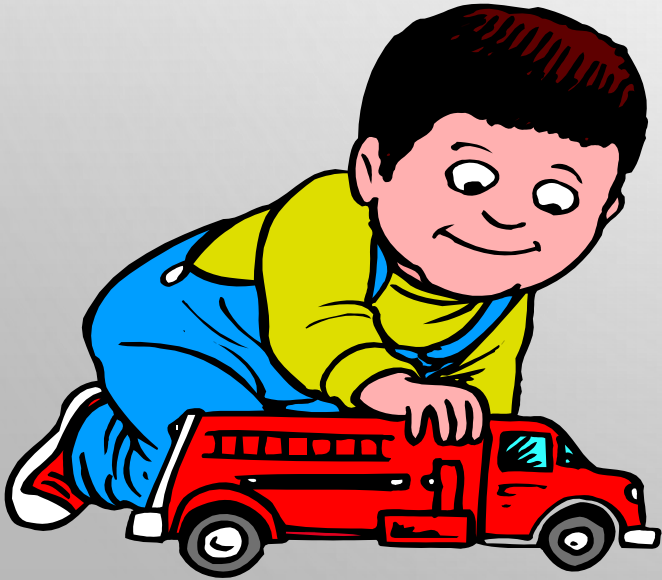


- Okul döneminin başlamasıyla dikkat eksikliğine bağlı öğrenme sorunlarının gündeme gelmesi ve arkadaşlarla olan sorunları aileyi tedirgin etmeye başlar.



Ergenlik döneminde ise okul başarısızlığı yanında davranış sorunları ve aileye karşı gelişen tutumlar gözlenir. Ergenlikte aşırı hareketsizlik azalır ve yerine çabuk sıkılma ve dikkat kusuru belirgin olur.

Erkek çocuklarda kızlara oranla daha sık rastlanır. Erkek çocuklarda genellikle hiperaktivite ve impulsivite belirtileri ön planda iken, kız çocuklarında daha çok dikkat eksikliği belirgindir.



DEHB her kültür ve toplumda görülen bir bozukluktur. Toplumda görülme sıklığı farklı araştırmalarda farklı sonuçlar elde edilmesine karşın yaklaşık %5-6 gibidir.



Tüm toplumlarda ortalama %3-5 sıklıkta görülmektedir. Yani ortalama olarak her 30-50 çocuktan birinin Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu olduğu düşünülmektedir.

NEDENLERİ

Son 15-20 yılda yapılan araştırmalar DEHB'nun organik kökenli olduğu görüşünü hakim kılmıştır. Yeni araştırmalar beyin glikoz metabolizmasındaki bozukluklar üzerinde yoğunlaşmıştır. Bu çocukların özgeçmişlerinde hamilelikte ilaca maruz kalma ve intra uterin infeksiyonlar, zor doğum, düşük doğum ağırlığı, geçirilmiş M.S.S infeksiyonları dikkat çekmiştir. Bozukluğun genetik geçişi üzerinde durulmuş ve bu çocukların 1.dereceden akrabalarında DEHB oranı daha yüksek bulunmuştur. Kaotik (karmaşık ,darmadağın) aile yapısında yetişen ve ağır ihmal ve tacize maruz kalan çocuklarda da DEHB belirtileri gözlenebilmektedir.

Belirtileri:

-Aşırı Hareketlilik ve Dürtüsellik Belirtileri:

1. Çoğu zaman elleri, ayakları kıpır kıpırdır ya da oturduğu yerde kıpırdanıp durur.
2. Çoğu zaman oturması beklenen durumlarda oturduğu yerden kalkar.
3. Çoğu zaman uygunsuz olan durumlarda koşuşturup durur ya da tırmanır.
4. Çoğu zaman sakin bir biçimde,boş zamanları geçirme etkinliklerine katılma ya da oyun oynama zorluğu vardır.

1. Çoğu zaman hareket halindedir ya da motor tarafından sürülüyormuş gibi davranır.
2. Çoğu zaman çok konuşur.
3. Çoğu zaman sorulan soruların soru tamamlanmadan önce cevabını yapıştırır.
4. Çoğu zaman sırasını beklememe güçlüğü vardır.
5. Çoğu zaman başkalarının sözünü keser ya da yaptıklarının arasına girer.
6. Aşırı hareketlilik veya kıvranma
7. Yerinde oturmada güçlük

- **Dikkatin kolay dağılması**
- **Sıklıkla bir şeyler kaybetme**
- **Kuralları takip etmede güçlük**
- **Sessizce oynamada güçlük**
- **Oyunlarda sırasını beklemekte güçlük**
- **Bir aktiviteden diğer aktiviteye kayma**
- **Sıklıkla tehlikeli aktivitelerle uğraşma**

TEDAVİ

Tedavinin ilk şartı, aile okul ve hekim arasında sıkı işbirliğidir. Çünkü DEHB evde olduğu kadar okulda da sorun yaşanmasına neden olur. Öğrenmeyle ilgili sorunlar yanında arkadaş ilişkilerinde yaşanan sorunlar ve kurallara uyma güçlüğü aile ve okulun ortak ve sağlıklı yaklaşımlarıyla aşılabılır.

Öncelikle ailenin hiperaktivite hakkında bilgi sahibi olması gerekir. Çünkü çocukta var olan sorunların nedenlerini başka yerlerde aramak, çözüm üretmeyi engellediği gibi, telafisi mümkün olmayan yanlış yaklaşımlar sergilenmesine neden olacaktır. Çocukla olan ilişkimizi düzenleyebilmek için DEHB belirtilerini yanlış yorumlamamak gerekir.

Çocuğun davranışlarını ya da derslerle ilgili zorluğunu yaramazlık ya da tembellik olarak yorumlayan anne-babalar çocukla ilişkilerinin bozacak derecede sürekli ceza verme eğilimindedirler. Oysa bu çocukların cezalardan pek anlamadıkları kısa süre içinde görülecektir. Tedavide çocukla yeniden sağlıklı ilişki kurabilmenin yolları aranır. Ailenin çocuğa yönelik tutumları gözden geçirilerek yanlışlar ayıklanmaya çalışılır.

Öğrenme güçlüğü çeken çocuklarda özel eğitim programlarının uygulanması gerekebilir. Kalabalık sınıflarda dikkatlerinin dağılması nedeniyle öğrenemeyen çocuklara bireysel eğitim öğrenemeyen çocuklara bireysel eğitim desteği verilmelidir. Olumsuz davranışların düzeltilmesi ve yerine olumlu davranışların konulması için çeşitli destekleyici ve davranışçı tedavi teknikleri uygulanabilir.

TANI KOYMA VE ZORLUĞU

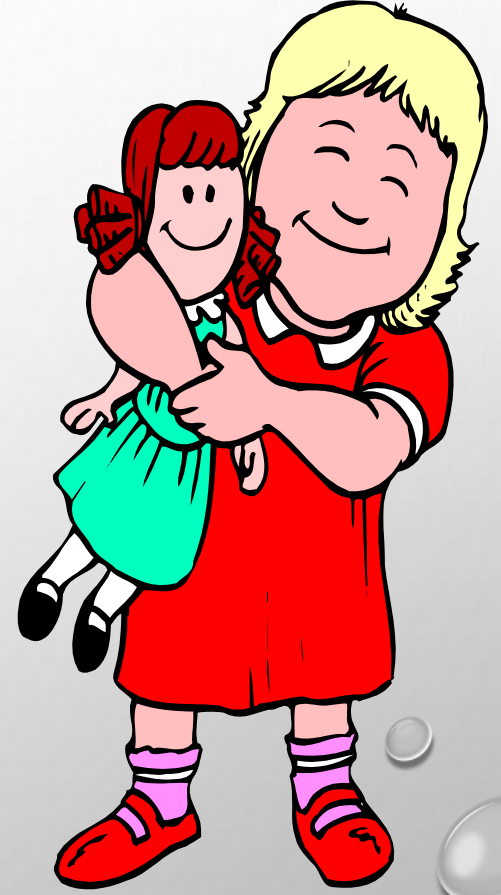
**DEHB tanısı, Çocuk
Psikiyatrisi, Psikolog, PDR
ve Özel Eğitim Uzmanı
tarafından konulmalıdır.**

DSM-IV de DEHB tanısı konulabilmesi için 3 temel koşulun var olması gerekmektedir .

1. Aşırı hareketlilik, dürtü kontrolsüzlüğü ve dikkat eksikliği belirtileri
2. Belirtilerin 7 yaşından önce başlaması, bu belirtilerin çocuğun yaşıtları ile karşılaştırıldığında belirgin olarak yaşıtlarından daha fazla görülmesi
3. Belirtilerin hem evde hem de okulda çocuğun gelişim düzeyine uygun düşecek görev ve beklentileri yerine getirmeye engelleyecek şiddette olması.

Erken çocuklukta tanı koymada güçlükler vardır. Çocuklarda normal gelişim döneminde aşırı hareketlilik ve dikkat azlığı belirtileri görülebilir. Ancak bu çocukların bu özelliklerinin geçici olduğu istediklerinde dikkatlerini verip kendi başlarına oturup dikkat gereken faaliyetleri yaptıkları görülmektedir. Oysa DEHB olan çocuk bunları yapmakta zorlanır.

Kız çocuklarına tanı koyma oldukça güçtür. Kızlar sıklıkla okul başarısızlığı,okula gitmek istememe,okulu sevmeme,anksiyete gibi belirtiler gösterir. Kızlarda hiperaktivite daha azdır ve daha az sayıda davranış bozukluğu gösterirler.



Öğrenme güçlüğü nedeniyle DEHB tanısı konulan çocuklarımız vardır. Öğrenme güçlüğü olan bu çocukların güçlükleri akademik alandadır. Sorun birkaç alanda sınırlıdır.

Oysa DEHB olan çocuklarda dikkat,konsantrasyon bozukluğu,kendini düzenleme,soyutlama becerileri yeterince gelişmemiş olduğundan her alanda güçlük vardır.

DEĞERLENDİRME NASIL YAPILIR?

1. ÖYKÜ ALMA

Aileyle görüşme

Hamilelik

Doğum Öncesi ve Sonrası

Çocuğun Gelişimi

Anne-Baba Tutum ve Aile İlişkileri

Çocukla Görüşme ve Gözlem

Çocukla Kolay Anlayacağı Bir Dille Konuşulup Hangi Belirtilerin Ne Şiddette Bulunduğunun Saptanması

2. KİŞİLİK ÖZELLİKLERİNİN DEĞERLENDİRİLMESİ

İnsan Resmi Çizme Testi

Cümle Tamamlama Testi

CBCCL (Çocuk Davranış Sorunları)

Conners Öğretmen Derecelendirme Ölçeği



3. BENDER GESTALT MOTOR ALGILAMA TESTİ

4. GELİŞİM YA DA ZİHİNSEL YÖNDEN DEĞERLENDİRME

AGTE (Ankara Gelişim Tarama Envanteri)

Peabody

BS (L-M) (Stanford Binet)

WISC-R (Wechsler Çocuklar İçin Zeka Testi)

CDI (Çocuk Depresyon Ölçeği)

DKÖ-SKÖ (Durumluluk-Sürekli Kaygı Ölçeği)

5. ÖRENME GÜÇLÜĞÜ TESTLERİ

6. ÇOCUK NÖROLOJİSİ KONSÜLTASYONU
(gerekirse EEG ve ileri tetkik)

7. ULUSLAR ARASI SINIFLANDIRMA
SİSTEMİ DSM-IV'e DAYALI TARAMA
ve DEĞERLENDİRME ÖLÇEĞİ
KULLANILMALIDIR.

***Dikkat Eksikliği
Hiperaktivite
Bozukluğu'nun Olumlu
Yanları:***

Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu olanların iyi bir yönlendirme ile yararlanılabilecekleri veya ortaya çıkarabilecekleri olumlu yanları da vardır.

Tarihte yer edinmiş olan ;

Thomas Edison,

Benjamin Franklin,

Albert Einstein,

Ernest Hemingway ,

Dustin Hoffman 'ın

Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu oldukları konusunda uzmanlar arasında görüş birliği vardır.

- Enerjik olma
- Yaraticılık
- Sıcak kanlılık, cana yakın olma
- Hoşgörülü olma (bazen gerekenden fazla, zarar verici oranda)
- Esneklik
- İyi bir espri yeteneğine sahip olma
- Risk alabilme (bazen gerekenden fazla, zarar verici oranda)
- İnsanlara kolaylıkla güvenebilme (bazen gerekenden fazla, zarar verici oranda)

**Diğer yandan önemli bir konu
tedavi sonucunda bu olumlu
özelliklerin istenmeyen
özelliklerle beraber ortadan
kalkıp kalmadığıdır.**