



## 小兒過動症 (ADHD) 之中醫治療

傳統醫學科 歐景騰醫師

過動症的全名為『注意力不足過動症』(Attention-deficit hyperactivity disorder; 簡稱 ADHD)其臨床診斷標準包含注意力不集中、過動及衝動等。ADHD 的成因目前雖未完全釐清,有某些研究顯示,多數過動兒腦中的化學物質有失衡的現象,例如多巴胺和血清素的分泌均較常人為低。多巴胺負責傳遞腦部發出的訊息,與運動功能、注意力和記憶相關。血清素則負責調控心理情緒,可影響情緒的控制、睡眠及攻擊行為。

中醫認為兒童處於生長發育期,生發之氣蓬勃,屬純陽之體,因此陽氣偏盛,一般體質也偏熱,相對也呈現陰不足的現象。亦即兒童的生理機能比大人旺盛,但相對地構成身體的物質基礎則不如大人完備,這兩者失去平衡就會產生問題,過動症即屬其中之一。

根據臨床上的觀察,過動症的孩子除了注意力不集中及容易衝動過動外,大多數還會有怕熱、多汗、體熱、半夜磨牙、愛踢被、睡不安穩、易驚、易怒、便秘等一系列陽氣偏盛的熱象,並且有甚高的比例合併有鼻子過敏、鼻塞、氣喘或皮膚過敏的症狀。

這些現象,就中醫的分析,是體內臟腑有邪熱,導致陽氣偏盛上炎所致。心主神明,邪熱上擾於心則使人在思維上、情緒上及行為上較難自主;肺主氣,開竅於鼻,外主皮毛,邪熱上干於肺,則生喘咳、鼻塞、鼻過敏或皮膚過敏的症狀。因此中醫在治療上,必須先調理臟腑的邪熱,再佐以養陰、安神、潛陽的藥物,使其體內的陰陽二氣平衡,則所有的症狀才能一一排除。另有部分患者是屬於陰虛陽亢生熱所致,則須以養陰為主,安神潛陽為輔,再佐以清熱之藥。

例如:臨床診斷如果是胃熱薰蒸所致,可以考慮用白虎湯或調胃承氣湯等瀉熱,如果是肝腎陰虛火旺,則施以知柏地黃丸等育陰清熱,然後再酌情加麥冬、玉竹、玄參等養陰,浮小麥、茯神、柏子仁等安神,煅龍骨、珍珠母、石決明等潛陽。必須注意的是,如果有嚴重便秘的問題,就要以大便通暢為優先。

另外過動症的兒童在生活的照護上應注意的事項如下:

1. 忌吃生冷、冰涼、以及如高溫烘烤、油炸、甜食、巧克力、紅肉、含糖飲料等高熱量的食物,或辛辣、刺激性、重口味等屬燥熱性的食物,否則會延緩或抵銷治療的成效。
2. 適度的且適量的運動,可協助抒發體內蓄積的陽氣。
3. 切勿隨意服食滋補的藥物、健康食品或食物,以免火上加油。
4. 家長請多付出耐心及愛心,不要太苛責但也不能太放任這一類的小孩,相信大家共同努力下可以幫助小朋友逐漸步入常軌。



兒童的生理機能比大人旺盛,但相對地構成身體的物質基礎則不如大人完備,這兩者失去平衡就會產生問題,過動症即屬其中之一。

