



# 治療兒童過動症 並非單行道

文／中西醫結合科 主治醫師（兒童神經科專科醫師） 林聖興

**注** 意力不足過動症（Attention Deficit Hyperactivity Disorder）簡稱ADHD，各國約有5-10%的兒童和青少年罹患，此症又分3種類型：1.注意力不集中；2.過動、衝動；3.混合前兩型，注意力不集中，而且有過動、衝動的症狀。以行為治療搭配藥物，是現代醫學的處理方針，可以得到最佳效果。

## 西藥治療，多數患者症狀會改善

治療注意力不足過動症，常用的西藥主要是中樞神經活化劑

Methylphenidate，包含短效型的利他能（Ritalin），以及長效型的專思達（Concerta），或者使用選擇性正腎上腺素回收抑制劑（Atomoxetine），商品名「思銳」（Strattera）。

服用中樞神經活化劑之後，多數兒童及青少年可以提升注意力，減少過動行為。少數患者可能出現頭痛或噁心嘔吐的症狀，或者食慾減退，也有少數病人沒得到預期的效果，家長因而考慮尋求中醫藥治療。

## 中藥治療，用藥視辨證分型而定

注意力不足過動症在中醫的分型及治療處方如下：

### ● 腎虛肝亢型：

好動，話講不停，個性急躁，容易發怒，衝動任性，神思渙散，在教室裡坐不住，注意力不能集中。常用知柏八味丸或搭配加味逍遙散治療。

### ● 心脾氣虛型：

行為無目標，精神倦怠，身體容易大量出汗，記憶力差，有時心悸，晚上睡得不安穩，作夢多，或者有夜驚情況。治療常以甘麥大棗湯合併歸脾湯為主。

### ● 痰熱內擾型：

神思渙散，心情煩躁，多話愛插嘴，活動量特別大，食量小，有口臭，小便深黃，大便乾燥。常用黃連溫膽湯合併梔子豉湯治療。

每個人的體質不一樣，症狀也不完全相同，所用中藥會隨著個別情況而調整，並不侷限於上述3種類型。

例如某些過動的小朋友，長期有流涕、鼻塞、皮膚癢的困擾，可採用辛夷清肺湯、夜交藤、荊芥、薄荷之類的中藥治療，當鼻部及皮膚的症狀解除之後，專心程度也會提升一些。

若是有便秘問題的孩子，在中藥處方中，加些麻子仁丸或少量大黃，使排便改善，也能舒緩「火熱」所引起的過動行為。

## 兩者相比，西藥與中藥各有所長

治療過動症，西藥有可能在1星期內就發揮顯著的效果，中藥大概需要服用半個月到1個月，症狀才會漸漸改善。

雖然中藥見效比較慢，卻可以作全身性的考量，除了調理腸胃機能及過敏體質，也順便治療其他症狀。

## 中藥在何種情況下能取代西藥？

治療注意力不足過動症，中藥不一定能取代西藥，如果正在使用西藥，效果良好，並且沒出現副作用，建議繼續服用西藥。

假使西藥已使用一段很長的時間，考慮停藥，卻擔心過動、不專心的情況復發，中藥可以輔助治療。

## 不鼓勵病兒每天併用中藥與西藥

原則上，用藥的種類，越少越好，僅用西藥，或僅用中藥，比較單純，容易觀察效果。



若有家長想要合併使用中藥與西藥替病兒治療，也需考慮孩子是否願意一天吃多次藥？而且，中藥與西藥應間隔1小時服用，早餐的西藥在家裡吃完，中藥帶去學校，可能不方便吃，或者忘記吃。

在門診，我並不鼓勵過動的小朋友每天服用中藥與西藥，然而少數家長仍要求合併中西藥物治療，期能得到更佳的效果。這時我會建議他們寫詳細的服藥紀錄，並註明孩子每天的生活作息，包含專心程度、過動行為、記憶力、情緒反應、考試成績等。

孩子在一個月之中，可能有些日子是中藥與西藥都吃，某幾天僅吃中藥，某幾天僅吃西藥，觀察兩三個月，約略可以看出中藥與西藥合併及個別使用的效果，然後再調整治療方向：1.繼續合併使用中藥及西藥，2.僅用中藥，3.僅用西藥，4.停藥。

### 行為治療與心理互動十分重要

孩子如果受到適當的稱讚及鼓勵，對學習的課程有了興趣，便可以專心上課，減少過動行為，即使在停藥之後，仍能保有專注力。

西藥與中藥皆是藥物，人不是簡單的物質機器，心理層面的互動，在治療過程占了很重要的因素。過動症兒童用藥一段時間後，症狀會有所改善，這時很需要老師與家長的心理支持，多用正面語辭，少作負面批評，可以幫助他們進步。

這幾年，有些小朋友的家長因為聽說孩子班上同學的過動症沒吃藥就好了，於是到門診來尋求方法，希望也能不藥而癒。

現在治療過動症，行為療法常與藥物療法相輔相成。有的家長不願意給孩子吃西藥，僅採用行為管理的方法，在家中建立一些規則，訂定獎勵與處罰的標準，父母親陪同孩子做功課，孩子上課漸漸會變得專心，過動現象減少，成績也進步了。

行為療法屬於西醫建立的模式，若搭配中藥來改善體質，也可稱為「中西醫結合」，不一定要服用西藥。

### 中西藥物的選擇可視狀況切換

某些家長太過擔憂副作用，不敢給小孩吃西藥。雖然有病童使用中藥，效果夠好，但也有些病童的進步很慢，對於後者，我會在解說西藥的副作用之後，讓家長重新考慮是否改用西藥一段期間，等症狀明顯改善，再轉回中藥療法。

當過動兒由心理評估及智能衡鑑，得到診斷之後，我會看病情嚴重程度，提供參考意見。輕微的，建議採用行為療法，家長可以自行實施，的確有可能真不藥而癒。症狀比較嚴重的，要配合藥物，並解釋中藥及西藥的差異，尊重家長與病童的選擇，後續療程也會適時切換中西藥物。

中西醫結合，並非一定要合併中藥及西藥治療，由古代與現代醫學通盤思考，找到適宜的方法，便是病人的福氣！🙏

