

## **Гиперактивность. Причины возникновения у детей**

### **Причины развития гиперактивности**

#### **Наследственность**

«Почему он такой?!!» — восклицают родители и вспоминают: «Вот мы в детстве!» И далее, как правило, следует рассказ о безупречном поведении, безропотном послушании и безграничной тяге к обучению. Но стоп!

По данным проведенных исследований одной из причин гиперактивности является наследственная предрасположенность и, возможно, уважаемые родители, не все так безоблачно было в вашем детстве. Специалисты утверждают, что более 50% родителей, обратившихся к врачам по поводу гиперактивности своих детей, согласились с тем, что в раннем возрасте имели похожие проблемы. Ученые-генетики продолжают работу над определением гена, ответственного за передачу данного заболевания.

#### **Беременность и роды**

Как одна из главных причин развития СДВГ рассматривается неблагоприятное течение беременности и родов. Токсикоз, гипертония, аллергия, астма, прием сильнодействующих лекарственных средств и другие факторы могут оказать негативное влияние на развитие эмбриона, спровоцировать внутриутробную гипоксию плода, в результате чего и происходит поражение мозга.

К таким же последствиям приводят и любые нарушения родовой деятельности, как то: преждевременные, затяжные или стремительные роды, длительный безводный период, стимуляция родовой деятельности, неправильное положение плода и многое другое.

Имеет значение и возраст родителей на момент рождения ребенка. Отмечено, что наибольшему риску подвергаются дети, чьи матери перешли тридцатилетний рубеж, либо не достигли восемнадцати лет.

#### **Травмы и заболевания в первые годы жизни**

Первые двенадцать лет жизни идет интенсивное формирование головного мозга, любые травмы, полученные в этот период, могут привести к тяжелым последствиям. Конечно, черепно-мозговые травмы могут стать причиной нарушения мозговой деятельности в любом возрасте, но именно в этот временной период мозг ребенка особенно уязвим.

Из-за несовершенства вестибулярного аппарата малыши часто падают, поэтому от родителей требуется особая бдительность! Помните, что даже при малейшем подозрении на травму головного мозга следует незамедлительно обратиться в медицинское учреждение.

Не менее опасны для детей первых лет жизни и заболевания, сопровождающиеся высокой температурой — грипп и другие вирусные инфекции. В связи с этим старайтесь своевременно оказывать ребенку первую помощь и непременно обращайтесь к врачу.

#### **Питание**

Специалисты, исследующие проблему детской гиперактивности, все больше склоняются к тому, что в некоторых случаях она обусловлена нарушением режима питания. Содержащиеся во многих современных продуктах вещества нарушают нейрохимические процессы мозга, что нередко приводит к химическому дисбалансу, следствием чего и становится гиперактивность.

К вредным для нашего организма элементам относят: пищевые красители, усилители вкуса, консерванты, ароматизаторы, искусственные наполнители и т. п.

Помимо этих, отравляющих организм веществ, не меньший вред могут принести и самые обычные продукты, источники быстрых углеводов — сахар и мучные изделия (если употреблять их в ненормированных количествах).

Попробуйте провести тест: на три дня исключите из меню ребенка все продукты, содержащие вышеперечисленные вещества, сладости, пирожки, булочки, пирожные и т. п. Отдавайте предпочтение овощам, фруктам, кисломолочным продуктам и крупяным

изделиям. Понаблюдайте за ребенком, возможно, вы заметите, как изменилось поведение вашего малыша. Исходя из этого, составьте сбалансированное меню. Помните, что именно сейчас закладываются основы будущего здоровья ребенка, и каким оно будет, во многом зависит от вас.

### **Окружающая среда, социум**

Одним из решающих факторов в развитии гиперактивности является обстановка, в которой растет и развивается ребенок. Психика малыша не может формироваться автономно, бытовые условия, люди, окружающие его, взаимоотношения взрослых в семье — все это в немалой степени влияет на становление личности ребенка, на его психическое и эмоциональное здоровье. Педагоги и врачи подтверждают, что дети из так называемых неблагополучных семей отличаются от своих сверстников повышенной нервной возбудимостью, эмоциональной нестабильностью, отсутствием навыков самоконтроля.

Под неблагополучной семьей в данном случае подразумеваются не только люди, ведущие асоциальный образ жизни, неблагополучие — это отсутствие взаимопонимания между родителями, частые конфликты, ссоры, свидетелями которых становятся и дети. Может быть, прежде чем вести ребенка к врачу, стоит проанализировать сложившийся семейный уклад?

Не менее важна и согласованность родителей в приемах воспитания ребенка. Очень часто можно наблюдать следующую картину: мама и бабушка позволяют драгоценному чаду абсолютно все, в то время как папа весьма строг и требователен. Неокрепшая психика малыша не в силах преодолеть эти противоречия, результатом чего становятся проблемы со здоровьем, в том числе и гиперактивность.

Как вы уже поняли, выявить точную причину развития СДВГ сложно, однако, можно исключить или ограничить влияние некоторых факторов и, возможно, помочь этим ребенку.

### **Темперамент или диагноз**

Помните песенку из детского мультфильма: «В каждом маленьком ребенке, и в мальчишке, и в девчонке, есть по двести грамм взрывчатки или даже полкило»? Действительно, мы уже говорили о том, что активность и движение — нормальное состояние каждого здорового ребенка, так как же определить ту грань, за которой естественная детская энергичность превращается в патологию. Ведь все дети любят играть в подвижные игры, бегать, баловаться, время от времени капризничают, злятся, и мало кто из малышей может долго заниматься каким-то одним делом.

Но главное отличие здорового ребенка от ребенка гиперактивного состоит в том, что первые являются вполне управляемыми детьми, периоды бурной активности у них носят кратковременный характер, гнев или агрессию такого малыша можно предотвратить или быстро купировать, он поддается уговорам, у него вполне развиты навыки самоконтроля.

Понаблюдайте за своим ребенком в отличающейся от привычной обстановке: гиперактивный ребенок не может сдерживать своих порывов. Его не остановит присутствие посторонних людей, другие сдерживающие факторы, его обычное состояние — бесцельное движение — останется неизменным. Все уговоры и угрозы наказания в этом случае бессильны.

### **Комментарий психоневролога:**

Диагноз «синдром дефицита внимания с гиперактивностью» ставится обычно с учетом трех главных критериев: невнимательность, гиперактивность и импульсивность.

Если разбирать детально, то понятие «невнимательность» включает в себя:

— неспособность концентрировать внимание на деталях, что приводит к искажению информации в целом, обилию ошибок при выполнении какого-либо задания;

— отсутствие слухового восприятия. Родители подобных детей часто жалуются на то, что ребенок их как будто не слышит, но все дело в том, что малыш просто не может проникнуть в обращенную к нему речь;

- неумение доводить начатое дело до конца, работать, соблюдая определенные правила, опять же потому, что вникнуть в эти правила ребенок не может;
- проблемы с организацией собственной деятельности. Ребенку трудно настроиться на определенное занятие, обдумать и осуществить план работы;
- отказ от занятий, требующих продолжительного интеллектуального напряжения;
- забывчивость;
- частые потери вещей, сопутствующих предметов, игрушек, канцтоваров и т. п.

Далее остановимся на явлении гиперактивности, для нее характерны **следующие признаки:**

- суетливость ребенка, неумение спокойно сидеть, стоять, навязчивые движения рук, ног и т. п.;
- неумение заниматься каким-либо определенным делом. Во время занятий в школе или в детском саду ребенок может без спроса покинуть свое место, увлекшись чем-то другим;
- бесцельность двигательной активности ребенка, что называется движением ради движения. При этом часто нарушаются правила безопасности, повышается риск травматизма;
- отказ от спокойных игр, тихого отдыха, определенных занятий, требующих тишины и спокойствия;
- чрезмерная разговорчивость.

**И наконец импульсивность:**

- ребенок торопится ответить на вопрос, не задумываясь, не дослушав его до конца;
- не умеет сдерживаться и дожидаться своей очереди, выкрикивает, перебивает, вступает в конфликты.

Если 6 из перечисленных признаков характеризуют поведение вашего ребенка, можно предположить, что он гиперактивен, но в любом случае, не стоит брать на себя ответственность в постановке диагноза, за консультацией обратитесь к специалисту в медицинское учреждение.