

*DEHB ile ilgili sonsuz sayıda yanlış bilgi ve*

*yönlendirme ile karşılaşabilirsiniz ya da bazı ön yargılarınız olabilir.*

*İşte size bazıları:*

*o* ***Yanlış olan:*** *DEHB, hekimler tarafından zor çocukları tanımlamak için uydurulmuş bir tanıdır.*

***Doğrusu:*** *DEHB 50 yıldan daha uzun bir süredir bilinen bir bozukluktur.Hakkında çok iyi bilinen pek çok tıbbi bozukluktan daha fazla kanıt bulunmaktadır. Bu bozukluktaki davranış sorunlarının temeli, beynin yapısındadır. Okul çağı çocuklarında % 4-8 oranında oldukça sık görülür. Hekimlerin bu bozukluğu daha iyi tanımaya ve anlamaya başlaması ile beraber geçmişe oranla DEHB tanısı konulmasında artış olmuştur.*

*o* ***Yanlış olan:*** *Benim utangaç, hayallere dalan, dikkatsiz çocuğum DEHB olmaz; bu tanı aşırı hareketli küçük oğlan çocuklarına konulan bir tanı değil mi?*

***Doğrusu:*** *DEHB hem kızlarda hem de erkeklerde görülebilir. Ancak erkeklerde daha sıktır. Kızlarda hiperaktivite ile seyreden alt tipinden ziyade dikkatsizlik belirtileri ile seyreden alt tipinin görülme olasılığı erkeklerden daha fazladır.*

*o* ***Yanlış olan:*** *Eğer anne-babaları yeterince terbiye etseler ve disiplin sağlasalardı bu çocuklar böyle olmazdı, esas sorun anne-babanın tutumlarındadır.*

***Doğrusu:*** *Araştırmalar DEHB’nin anne-baba tutumlarının ve disiplin verme yöntemlerinin doğrudan bir sonucu olmadığını göstermektedir. Buna rağmen tıpkı diyabet, böbrek yetmezliği ve diğer bozukluklarda olduğu gibi tedavinin başarısı ailenin ilgi ve desteği ile yakından ilişkilidir.*

*o* ***Yanlış olan:*** *Özel diyetler uygulanması ve bazı gıda katkı maddelerinin (gıda boyaları..vs.) kısıtlanması ile DEHB belirtileri düzeltilebilir.*

***Doğrusu:*** *Özel diyetler yaptırmak ya da gıda katkı maddelerini kısıtlamak DEHB’yi önlemeyecektir. Ancak tabii ki çocuğun sağlıklı beslenmesi, spor yapması ve dinlenmesi genel sağlığı açısından faydalı olacağı gibi DEHB belirtileri ile başa çıkmasını da kolaylaştıracaktır.*

*o* ***Yanlış olan:*** *“Bu çocukta DEHB olamaz! İsteyerek yaptığı işlerde, mesela tv seyrederken, bilgisayar oynarken dikkatini vermekte hiç sorunu yok”.*

***Doğrusu:*** *Bazı zamanlar yaptığı işe iyi konsantre olabiliyor bile olsa yine de çocuğunuzda DEHB olabilir. DEHB olanlar bir çok olayda ve yapmaları gereken işlerde başından sonuna kadar takip edemezler, dikkatlerini yaptığı işe veya oyuna vermekte zorlanırlar; ancak, ilgilendikleri, keyif*

*aldıkları ve (bilgisayar oyunları gibi) uyarıcı işlere daha iyi odaklanabilirler.*

*o* ***Yanlış olan:*** *DEHB olan çocuklar yaşıtları kadar zeki olmadıkları için özel sınıflarda ya da okullarda eğitilirler.*

***Doğrusu:*** *DEHB zekayı etkileyen bir bozukluk değildir. Ancak bu çocuklar DEHB’de yaşanan güçlüklerden dolayı okulda umulanın altında başarı gösterebilirler. Bu durum zeka ile ilgili sorunlardan ziyade davranış sorunları ile ilişkilidir. Ayrıca DEHB’ye “Özgül Öğrenme Güçlüğü” eşlik edebilir ve bu bozukluğa yönelik olarak eğitsel yaklaşımlar uygulanması gerekebilir. Bu çocukların özel bir eğitim alması, özel bir sınıfa konması gibi bir durum söz konusu değildir (öğrenme güçlüğü gibi ek bir sorun olmadıkça)*

*o* ***Yanlış olan:*** *Oldukça basit; ilacı alıyorsun, iyileşiyorsun.*

***Doğrusu:*** *İlaçlar ve yan ısıra bazı davranış düzenleme teknikleri belirtilerin düzeltilmesine yardımcı olur. “Stimülan” ilaçların DEHB’de kullanımı ile ilgili 70 yıldan uzun süreli deneyim vardır ve uzun yıllardır DEHB tedavisinde başarı ile kullanılmaktadırlar. Bu ilaçlar beyin işlevlerini yavaşlatmaz tam tersine beynin bazı kısımlarını uyarır; odaklanabilme ve davranışlarını kontrol edebilme becerilerini arttırır. Ancak tedavinin başarısı tek başına*

*ilacın başarısına bağlı değildir. Tedavinin başarısında başta öğretmenler olmak üzere söz konusu çocuğun sağlıklı gelişimine katkıda bulunabilecek diğer meslek dallarından kişilere (rehber öğretmen, okulun danışman psikoloğu, pedagog ...gibi) ve aileye de önemli görevler düşmektedir.*

*o* ***Yanlış olan:*** *Bu ilaçlar bağımlılık yapabilir.*

***Doğrusu:*** *Araştırmalar tedavi almamış ergenlerde davranım, duygudurum ve anksiyete bozuklukları, antisosyal özellikler ve madde kullanımı, aile çatışmaları, bilişsel ve psikososyal ve akademik işlevlerde bozukluğun daha sık görüldüğünü göstermektedir. Bu veriler yeterli tedavi almamış çocukların ergenlikte madde bağımlılığı riskinin arttığına işaret etmektedir. Yani, stimülanların tedavide kullanılmaları ile madde bağımlılığı riskinin artması söz konusu olmadığı gibi azalması ihtimali bulunmaktadır.*

*o* ***Yanlış olan:*** *Bu sadece bir dönem, çocuğum bunun üstesinden gelecektir, yaşla beraber düzelecektir.*

***Doğrusu:*** *İleriye dönük çalışmalara göre, DEHB olan çocukların yaklaşık %70-85’i ergenlikte ve yetişkinlikte belirtilerin tamamını göstermektedir. Çocuk büyüdükçe hiperaktivite ile ilişkili belirtiler azalır ancak dikkat ile ilişkili sorunlar daha fazla devamlılık gösterir. Yaşla beraber bozukluğun*

*gidişi daha olumlu etkilenebilmektedir. Belirtiler azalabilir, kişi belirtileriile daha iyi baş etmeyi öğrenebilir.*

*o* ***Yanlış olan:*** *Tedavi olmasa da kendiliğinden düzelir.*

***Doğrusu:*** *DEHB tedavi edilmediği takdirde çocuğun ya da gencin yapısal zorluklarından kaynaklanan davranış sorunları ve okul başarısızlıkları devam edecektir. Çevresinden olumsuz eleştiriler alma riski artacaktır. Bütün bunlar çocuğun ya da gencin ikincil sorunlar geliştirmesine yol açacaktır. Yani okul başarısızlıkları ileride iş yaşamındaki başarısızlıklara; arkadaş ve aile ilişkilerinde yaşadığı sorunlar da ileride sosyal ilişkilerinde hatta evlilik yaşamında sorunlar yaşamasına yol açabilecektir. Yine depresyon, davranım bozukluğu gibi ek başka psikiyatrik bozukluklar gelişmesi söz konusu olacaktır.*

***T.C.***

***ŞEHİT İBRAHİM ARMUT FEN LİSESİ***

***REHBERLİK SERVİSİ***

***“DİKKAT EKSİKLİĞİ VE HİPERAKTİVİTE BOZUKLUĞU”***

***KONULU BROŞÜR***

