**Статья**

**«Гиперактивный ребенок – темперамент или заболевание?**

 **Когда стоит обратиться к детскому неврологу?»**

Ученые доказали, что гиперактивность является диагнозом. На протяжении долгого времени данный диагноз считался лишь особенностью поведения ребенка, но совсем недавно было доказано, что это является отклонением, которое нельзя исправить простыми педагогическими методиками.

Это интересно!... В 1970 году были проведены исследования, которые показали: в основе данного заболевания лежат физиологические и генетические причины, и сам синдром относится не только к педагогике и психологии, но и связан с медициной.

К сожалению, процент детей с данной патологией растет. Что делать родителям, если в семье есть гиперактивный ребенок? Из-за чего возникает эта проблема? Давайте попробуем разобраться. К основным причинам относятся:

1. Наследственность ( выявлены гены, отвечающие за реализацию этого синдрома).
2. Незрелость головного мозга вследствие определенных факторов (патология и перенесенные заболевания во время беременности матери, недостаточное питание матери во время беременности, гипоксически-ишемическое поражение нервной системы во время родов, родовые травмы).
3. Недостаток необходимых гормонов в организме ребенка.
4. Перенесенные заболевания и травмы.

Данный синдром возникает в детстве. Окончательный диагноз ставится в возрасте 4-5 лет, но предпосылки можно заметить после первого года жизни. С первыми признаками родители могут столкнуться сразу: детки плохо спят, много плачут, в течение дня очень раздражительны, могут реагировать на любой шум и смену обстановки. Гиперактивный ребенок в год уже начинает проявлять себя, например, в речевой задержке, неловких движениях из-за нарушенной моторики, двигательной расторможенности. Тем не менее, он постоянно активен, пытается идти, двигаться, он суетлив и подвижен. Его настроение также постоянно меняется: в один момент ребенок веселый и радостный, а в следующую минуту он может резко закапризничать. Более серьезные жалобы возникают, когда появляются требования к обучению - ребенку также сложно сосредоточиться на одном задании: он не может усидеть на месте, довести до конца хотя бы одно дело или же сделать упражнение внимательно и сосредоточенно, он несдержан, импульсивен, трудно удерживает внимание. Малыш делает все спустя рукава, чтобы закончить работу и приступить к чему-то новому. В более старшем возрасте – забывчив, теряет игрушки, одежду, с трудом выполняет задания самостоятельно. В начальной школе – такие дети не могут делать уроки самостоятельно, без помощи родителей, на уроках вскакивают с места, перебивают, нетерпеливы. Разумные советы родителям гиперактивного ребенка может дать только специалист, также как и распознать гиперактивность. Но прежде чем обратиться к профессионалу, мать и отец должны понаблюдать за своим чадом, определить, насколько чрезмерная активность и импульсивность мешает ему в обучении и построении взаимоотношений со своими сверстниками. Какие ситуации настораживают? Основные симптомы:

1. Невнимательность. Ребенку всегда сложно сосредоточиться на задании или игре. Родителям постоянно приходится напоминать о будничных делах, ведь ребенок попросту забывает о них, а еще постоянно ломает или теряет свои вещи. Кроме того, нарушено внимание: малыш никогда никого не слушает, даже когда речь обращена непосредственно к нему. Если он самостоятельно делает задание, то зачастую не может правильно организовать свою работу, постоянно отвлекаясь и не доводя задание до конца.
2. Импульсивность. На уроках ребенок, не дождавшись своей очереди, выкрикивает с места. Ему сложно соблюдать установленные правила, он постоянно вмешивается в разговор и т. д.
3. Гиперактивность. Ребенку сложно усидеть на месте, он постоянно ерзает на стуле, много болтает, постоянно бегает даже там, где нельзя этого делать. Малыш не может спокойно играть или отдыхать, он все время задает множество вопросов, но не может запомнить даже один ответ. Многие поступки и действия ребенка совершенно необдуманны, он часто ломает предметы, или же бьет посуду. Даже во время сна он не спокоен - постоянно просыпается, ворочается, иногда кричит во сне.

.

 Для постановки диагноза СДВГ ( синдром дефицита внимания с гиперактивнстью) необходимо динамическое наблюдение ребенка в течение 6 мес и проведение ряда диагностических мероприятий, таких как электроэнцефалография (ЭЭГ), УЗДГ ( ультразвуковая доплерография сосудов головного мозга), биохимический анализ крови ( для определения содержание сахара и микроэлементов).

В зависимости от результатов обследования, ребенку помимо медикаментозной коррекции, необходимо обогатить рацион, продуктами, содержащими микроэлементы, в особенности цинк, железо и медь), добавить спортивную нагрузку и помощь психолога, его советы..

Очень важным нюансом является **режим.** Ребенка нужно приучать выполнять все по времени, причем исключений нельзя делать даже в выходной день. К примеру, всегда вставать в одно время, завтракать, делать уроки, идти на прогулку. Возможно, это и слишком строго, но наиболее действенно. Именно это правило поможет в дальнейшем ребенку адаптироваться к школе и усваивать новый материал. Эти детки очень восприимчивы к настроению, поэтому очень важно, чтобы те эмоции, которые они получали, были положительными. Необходимо хвалить их даже за малейшие достижения. Пусть чувствуют, что родители гордятся им. Следует поддерживать ребенка в нелегкие для него моменты, чаще говорит о любви к нему, обнимать. Можно организовать систему поощрений, например, если всю неделю он вел себя хорошо, то на выходных он получает небольшой презент или же вылазку на природу, поход кино, музей. Пусть родители придумают совместные игры, которые увлекут ребенка. Безусловно, времени, терпения и изобретательности понадобится немало, но результат не заставит себя ждать. Важно в целом следить за атмосферой в семье, чтобы все конфликты проходили мимо ребенка и особенно нельзя, чтобы он в них участвовал. Ребенку следует больше гулять на воздухе, ходить в спортивную секцию, играть. Но здесь также есть важный нюанс: ребенок должен быть уставшим, но не слишком переутомленным. С такими детьми работать очень сложно, но все же если найти правильный подход, результат будет отличным.

Таким образом, если родители своевременно обратятся за помощью, и такой ребенок будет находиться под динамическим наблюдением врача-невролога, психолога. Регулярно получать лечение, обследование и корректировку в состоянии, то такими совместными усилиями мы сможем улучшить качество жизни, процесс обучения и взаимодействия с окружающими таких детей.

Врач-невролог

 высшей категории

отделения профилактики

ДПО№12 ГП№37

 Ваневская Н.А.