وہ بچے جو توجہ مرکوز نہیں کر سکتے۔
والدین پریشان ہو جاتے ہیں اگر اسکول سے کوئی ایسا نوٹس آئے کہ" آپ کا بچہ ٹیچر کی بات پر توجہ نہیں دیتا"یا "مستقل کلاس میں مسائل پیدا کرتا ہے" ایسے بچوں میں Attention Deficit Hyperactive Syndrome ایک وجہ ہو سکتی ہے۔
یہاں تک کہ اے ڈی ایچ ڈی بچہ چاہتا ہے کہ وہ بھی بہت اچھا طالب علم بن جائے مگر طبیعت کا یکدم تبدیل ہو جا نا اور توجہ کو برقرار نہ رکھنا عموماً وہ وجوہات ہوتے ہیں جو اس کےلئے مسائل پیدا کرتی ہے۔
ٹیچرز، والدین اور دوست یہ محسوس کرتے ہیں کہ بچہ کچھ نارمل سے ہٹ کر بات کرتا ہے وہ اس کی وجہ بتانے سے قا صر ہوتے ہیں۔
کوئی بھی بچے کبھی کبھی غیر توجہہی، بہت زیادہ تیزی، اور بے چینی کے ساتھ نظر آسکتے ہیں لیکن اے ڈی ایچ ڈی کے ساتھ بچے ایسے علامات کے ساتھ عموماً اور زیادتی کے ساتھ ہوتے ہیں ان کے بچوں کے مقابلے میں جو انہی کے ہم عصر یا ذہنی سطح کے لحاظ سے ایک جیسے ہوں۔ 5-3 فیصد اسکول جانے والی عمر کے بچوں میں اےڈی ایچ ڈی ہو سکتا ہے۔ یہ مسئلہ سات سال کی عمر سے پہلے شروع ہوتا ہے اور بڑی عمر تک مستقل رہتا ہے۔ یہ مرض موروثی ہوتا ہے اور تقریباً 25 فیصد والدین میں بھی اس کی علامت موجود ہوتی ہے۔
مندرجہ ذیل میں کچھ علامت عموماً اے ڈی ایچ ڈی کے بچوں میں موجود ہوتی ہے۔
1. توجہ برقرار رکھنے میں دشواری۔
2. تفصیل اور مکمل بات سمجھنے میں دشواری اور ایسی غلطی کرنا جو بے احتیا طی کا نتیجہ ہو سکتا ہے۔
3. آسانی سے بے توجیہی کا شکار ہو جانا۔
4. گھر کا کام اکثر بھول جانا۔
5. کلاس اور گھر کاکام کرنے میں دشواری۔
6. پوری توجہ سے سننے میں دشواری۔
7. بڑوں کا کہنا ماننے میں دشواری اور بیک وقت کئی باتوں کو ماننے میں دشواری۔
8. بے صبری۔
9. بے وجہ چلبلانا۔
10. بھاگنا، دیواروں پر چڑھ جانا اور اپنی سیٹ چھوڑ دینا۔
11. ہمیشہ کچھ نہ کچھ کرتا ہوا نظر آتا ہے۔
12. بغیر سوچے سمجھے بول جانا (بات کرنا)۔
13. بہت زیادہ بات کرنا اور خا موش بیٹھنے میں مشکل ہونا۔
14. دوسروں کی بات کاٹنا اور پریشان کرنا۔
اے ڈی ایچ ڈی کے ساتھ بچے کا مکمل معائنہ ہونا چا ہیئے۔ اے ڈی ایچ ڈی کے ساتھ بچے میں کوئی نفسیاتی بیماری بھی ہو گھبراہٹ کی بیماری، اداسی کی بیماری یا اداسی و جنون کی بیماری۔ Conduct Disorder سکتی ہے جیسے رویے کی بیماری
مکمل علاج کے بغیربچہ اسکول میں پیچھے رہ سکتاہے اور اس کی دوستی بھی متاثر ہو سکتی ہے۔ بچہ عموماً زندگی کے مختلف معا ملات میں ناکام کیوں ہوتا ہے اور اسی طرح ٹیچر ز اور گھر والوں کے طعنوں اور غصہ کا سا منا کرنا پڑتا ہے جو عموماً نہیں سمجھتے کہ یہ کوئی بیماری ہے۔
تحقیق نے ثابت کیا ہے کہ ادویات اس بیماری میں بہت Stimulant ادویات جیسے Methylphenidate فائدہ مند ہیں۔
اس بیماری میں سود مند ثابت ہوتی ہیں جیسے تو جیہی کو بہتر بنانا، مزاج ایک جیسا اور Dextroamphetamine

رکھنا اور کام کرنے کی صلاحیت میں اضافہ ۔ اس کے علاوہ دیگر Guanfacine ، Clonidine اور چند ادویات جیسے
اینٹی ڈپریسنٹ بھی اس بیماری میں مفید ہیں۔ دیگر علاج کے Cognitive Behavioral Therapy, سماجی زرائع میں
صلاحیت کی تربیت، والدین کی رہنمائی اور معلومات اور بچہ کی تعلیم جیسے اہم Behevioral Therapy نکات خاص ہیں۔
بچہ کو غصہ کنٹرول کرنے میں، لوگوں اور دوستوں سے ملنے کے طریقے میں تبدیلی اور زیادہ کار آمد لینے میں مدد کرتا ہے۔
بچہ میں خود ی پیدا کرتی ہے اس کے علاوہ منفی خیالات میں کمی اور مسائل ، مشکلات سے Cognitive Therapyنپٹنے
میں مدد فراہم کرتی ہے۔ والدین بھی اس بات کی تربیت حاصل کرسکتے ہیں کہ کس طرح ایک وقت میں صرف ایک کام بچہ کو دیا جا ئے بجائے اسکے کہ بیک وقت کئی کام ۔ پڑھائی کے طریقے میں تبدیلی بہت فائدہ مند ہوتی ہے ان بچوں میں جو
اے ڈی ایچ ڈی کے ساتھ ذہنی پسماندگی میں بھی مبتلا ہوں۔
اے ڈی ایچ ڈی بچہ جس کی صحیح طریقے سے تشخیص ہو جائے وہ بہت کارآمد اور کامیاب زندگی گزار سکتا ہے۔ اگر بچہ میں اےڈی ایچ ڈی والی علامات نظر آ ئیں تو والدین ماہر امراض نفسیات اطفال اور فیملی ڈاکٹر سے کسی بھی بچوں اور نوجوانوں کے ماہر نفسیات کا پتہ پوچھ سکتے ہیں تاکہ تشخیص اور علاج ممکن ہو سکے۔