ADHD NORGE

ADHD سے متاثر بچے اور بالغان

ADHD سے متاثر بچے

18 سال سے کم عمر کے تقریباً 3 سے 5 فیصد بچوں اور بالغوں میں ADHD کی تشخیص ہوئی ہے۔ ہو سکتا ہے بچوں میں شیرخوارگی کے وقت بھی ADHD کی علامات موجود ہوں لیکن زیادہ تر کیسز اسکول کی عمر میں سامنے آئے ہیں۔

ADHD کا شکار 3 میں سے 2 بچے کم از کم ایک متعلقہ معذوری کا شکار ہوتے ہیں۔ بچپن میں، لڑکیوں کے مقابلے میں زیادہ لڑکوں میں ADHD کی تشخیص ہوئی ہے، 4:1 کے تناسب سے

ADHD کے اسباب

ADHD کی نشوونما میں جینیات اہم کردار ادا کرتی ہے۔
تحقیق سے پتہ چلا ہے کہ حمل اور ولادت کے دوران پیش آنے والی پیچیدگیاں ADHD کے خطرات کو بڑھا دیتی ہیں، اور یہ کہ جینیاتی اور ماحولیاتی دونوں عوامل کردار ادا کرتے ہیں۔

ADHD کی علامات

عام طور پر ADHD کو علامات کی بنیاد پر تین ذیلی اقسام میں تقسیم کیا جاتا ہے:

- ADHD کی غالب رہنے والی بیش فعلیت اضطراریت والی قسم
- ADHD زیادہ تر بے توجہی والی قسم
- ADHD مشترک قسم

ذیلی اقسام سے وابستہ علامات:

- بیش فعلیت:
  - بے حرکت بیٹھنے میں دشواری
  - ہاتھوں اور پیروں میں بے قراری
  - بے آرامی، اندرونی ہل چل/پریشانی
  - انتہائی غصہ، اندرونی حرکت کے ذریعے چلائے جانے کا احساس
- ہیجانیت:
  - اپنی باری کا انتظار کرنے میں مشکل
  - اکثر خلل ڈالتے یا مداخلت کرتے ہیں
  - بغیر سوچے عمل کرنا
- بے دھیانی:
  - کام مکمل کرنے میں مشکل
  - فوری طور پر ایک سرگرمی سے دوسری میں منتقل ہو جانا
  - ہدایات پر عمل کرنے میں مشکل
  - کام اور سرگرمیوں کا انتظام کرنے میں مشکل

اگر مجھے شک پڑے کہ میرے بچے کو ADHD ہے تو مجھے کیا کرنا چاہیے؟

جب بچوں اور بالغوں میں ADHD کی علامات نظر آئیں تو والدین/سرپرستوں اور اسکول کے ملازمین کے مابین تبادلہ خیال اہم ہے۔ ADHD کی جانچ اکثر والدین، خاندانی ڈاکٹر، اسکول، پبلک ہیلتھ نرس اور PPT (میونسپل ایجوکیشنل سائیکالوجیکل سروسز) کے ساتھ مل کر کی جاتی ہے۔ تشخیص کے لیے ذہنی امراض کے ماہر ڈاکٹر ۔ عام طور پر BUP (بچے اور بالغ کا نفسیاتی علاج) کا حوالہ درکار ہوتا ہے - PPT باقاعدہ طور پر میونسپل سطح پر تشخیص کا ذمہ دار ہوتا ہے، لیکن یہ معلومات، مشاہدے اور دوسروں کی طرف سے جانچ سے مشروط ہوتی ہیں، بشمول والدین، نگہداشت صحت کی خدمات اور اسکول۔

کیا کیا جا سکتا ہے؟

ADHD کی تشخیص موصول ہونے پر مکمل جانچ اور درست تشخیص کا عمل علاج اور اقدامات طے کرنے کے لیے بنیادی اہمیت کا حامل ہے۔

ان میں شامل ہے:

- ADHD کی معلومات
- تدریس اور/یا کام کے طریقے اپنانا
- ADHD سے متاثر افراد اور ان کے اہل خانہ/ رشتہ داروں کی رہنمائی
- طبی علاج
- مدد اور تعاون

مدد اور وسائل

پری اسکول/اسکول کی سطح پر اپنائے جانے والے تطبیقی اقدامات اور خصوصی تعلیمی اقدامات ADHD کے شکار بچوں اور بالغوں کے ساتھ تعاون کی سب سے عام - اور سب سے اہم- صورتیں ہیں۔ والدین کے لیے کورسز اور دیگر ترتیب دیئے گئے علاج کے پروگرام بھی ADHD کی علامات میں کمی کر سکتے ہیں۔ ادویات کے ساتھ علاج پر بھی غور کیا جا سکتا ہے، کیوں کہ یہ ایک جامع پروگرام کا حصہ ہے۔

ADHD کا شکار بچوں اور بالغوں کے متعلق مزید معلومات کے لیے، براہ کرم ADHD NORGE کی ویب سائٹ ملاحظہ کریں۔ مزید مطالعہ (صرف نارویجین): – *ADHD/Hyperkinetisk forstyrrelse Nasjonal faglig retningslinje for utredning, behandling og oppfølging* at .Helsedirektoratet.no

ADHD NORGE

ADHD کے متاثر افراد اور ان کے اہل خانہ کے لیے ADHD NORGE ایک ملکی سطح کا رضاکار ادارہ ہے۔

ADHD کا وژن ہے کہ ADHD سے متاثر ہر فرد کے پاس اپنے وسائل کو استعمال کرنے اور اچھے معیار زندگی سے لطف اندوز ہونے کا موقع ہونا چاہیے۔

ADHD Norge
Storgata 10 A, 0155 Oslo
Tel. no: +47 67 12 85 85
post@adhdnorge.no
www.adhdnorge.no