

Lyfjameðferð – Ráð fyrir skóla og foreldra

Það sem kennarar þurfa að vita

- Það er ekki alltaf auðvelt fyrir foreldra að ákveða að láta setja barnið sitt á lyf og eðlilegt að þeir séu hikandi. Almenn umræða sem oft byggist á vanþekkingu og sleggjudómum getur ýtt undir hræðslu og sektarkennd hjá foreldrum.
- Starfsfólk skóla þarf að hafa þekkingu og skilning á ýmsum málum sem tengjast lyfjameðferð barna. Kennarar þurfa sérstaklega að leggja sig fram um:
 - Að veita barninu góða eftirtekt.
 - Að eiga góð samskipti við foreldra, lækna og skólahjúkrunarfræðing.
- Samræming og samskipti milli allra aðila sem hlut eiga að máli eru bráðnauðsynleg eigi góður árangur að nást. Því er mikilvægt að mynda þjónustuteymi um barnið sem í eru auk foreldra til dæmis kennari, skólahjúkrunarfræðingur, sérkennari og aðrir sem vinna með barninu. Teymið þarf að vera í tengslum við fagaðila utan skólans sem koma að meðferð barnsins s.s. lækni sem sér um lyfjameðferð.
- Kennarinn er ómissandi hluti teymisins vegna þeirrar einstöku aðstöðu sem hann er í til að fylgjast með árangri, hegðun og samskiptum barns sem er á lyfjum meginhluta dagsins. Kennarar ættu að fylgjast náið með nemendum sem taka lyf og tilkynna ef breytingar verða á:
 - Námsgetu.
 - Vinnuafköstum.
 - Getu til að einbeita sér að verkefnum.
 - Hegðun.
 - Samskiptum.
 - Líðan.
 - Aukaverkunum sem barnið kann að finna fyrir.
- Þetta eftirlit er nauðsynlegt til að lækurinn geti stillt af lyfjaskammtinn og/eða ákvarðað hvort lyfin hafi tilætluð og jákvæð áhrif. Kennurum ætti að vera frjálst að hafa samband við foreldra, skólahjúkrunarfræðing og lækni með leyfi foreldra með tillögur, athugasemdir og áhyggjur sem þeir kunna að hafa.
- Lyfjameðferð er áhrifaríkust þegar hún er notuð í tengslum við:
 - Sérstakar kennsluáðferðir og námsaðstoð.
 - Atferlismótun og stuðning.
 - Stjórnnum á umhverfi barnsins.
 - Þekkingu foreldra á málefnum og þjálfun þeirra í aðferðum sem henta.
 - Ráðgjöf.

- Einnig er mikilvægt að kennarar viti að:
 - Oft eru gerðar breytingar á lyfjum, skömmtum og tökutímum lyfja þar til rétta „uppskriftin“ eða samsetningin er fundin fyrir barnið.
 - Niðurbrotshraði sömu lyfja er misjafn frá einu barni til annars.
 - Aukaverkanir geta hafa áhrif á hegðun og líðan barna.
 - Kennarar þurfa að veita því eftirtekt og tilkynna ef barn á endurtekið í námslegum, félagslegum eða hegðunartengdum vandamálum á ákveðnum tíma dagsins.

Það sem foreldrar þurfa að vita

- Foreldrar þurfa að sjá til þess að barnið taki lyfin en ekki varpa ábyrgðinni yfir á barnið. Náíð eftirlit og stjórnun lyfjatöku er nauðsynleg. Ef lyfin eru gefin handahófskennt er barnið betur sett án þeirra.
- Það þarf að vera á verði gagnvart mögulegum aukaverkunum. Þar sem matarlyst er ein mögulegra aukaverkana, gæti þurft að ræða við lækni og skipuleggja matartíma barnsins (s.s. morgunmat) samkvæmt því.
- Gott er að vera í sambandi við skólahjúkrunarfræðinginn og kennarann. Tilgangurinn með meðferðinni er að sjálfsögðu sá að bæta hegðun, líðan og samskipti barnsins og hjálpa því að ná sem bestum árangri í námi. Það krefst teymisvinnu og náninna samskipta á milli heimilis, skóla og læknis.
- Gæta þarf þess að mæta alltaf með barnið í læknisheimsóknir. Þær eru nauðsynlegar til að hafa eftirlit með virkni lyfjanna og aukaverkunum, fylgjast með vexti barnsins og mæla blóðþrýsting og púls.
- Foreldrar þurfa að afla sér upplýsinga um lyfjameðferðina, m.a. með því að ræða við lækni barnsins. Unnt er að nálgast ýmsar upplýsingar um lyfjagjöf við ADHD í bókum og á netinu, s.s. heimasíðu ADHD samtakanna á Íslandi og hjá Sjónarhóli (www.adhd.is og www.sjonarholl.net).
- Þegar barn er sett á lyf, er alltaf ákveðinn reynslutími á meðan lækniinn reynir að finna úr hvaða lyf og skammtur hentar best (innstilling). Sumir eru svo lánsamir að finna samstundis fyrir stórfelldum breytingum til batnaðar en hjá öðrum tekur það lengri tíma. Enn aðrir hafa ekki gagn af lyfjunum eða þola þau ekki. Almennt gefa lyf góða raun hjá um 80% barna með ADHD.
- Börn sem taka lyf þurfa að vera meðvituð um það að *lyfin* stjórna ekki hegðun þeirra – heldur þau sjálf. Lyfin hjálpa þeim að bremsa sig af og gera þeim kleift að velja rétt.
- Fyrir þá foreldra sem hafa áhyggjur af því að örvandi lyf leiði til aukinnar hættu á neyslu vímuefna á unglings- eða fullorðinsárum, þá hafa rannsóknir sýnt fram á hið gagnstæða. Rannsóknir benda til þess að börn sem aldrei hafa fengið meðferð við ADHD neyta frekar vímuefna síðar meir og að tíðni vímuefnaneyslu og áfengisneyslu hjá börnum sem hafa verið í lyfjameðferð við ADHD er lægri en hjá börnum með ADHD sem ekki fengu lyf.

Atriði sem hafa ber í huga

- Þegar leitað er eftir meðferð ætti að leita til lækna og meðferðaraðila sem búa yfir sérþekkingu og reynslu af meðferð ADHD.
- Teymisvinna og samskipti milli foreldra, starfsfólks skóla, læknis og meðferðaraðila er úrslitaatriði í öllum meðferðáætlunum.
- Ef einkenni sem líkjast ADHD valda barni vandræðum ætti að hefja inngrip strax í skólanum – hvort sem barnið hefur fengið ADHD greiningu eða ekki. Síðan ætti að vísa barninu til sérfróðra fagaðila. Viðeigandi greining er mjög mikilvæg til að skilja barnið og þar af leiðandi til að mæta þörfum þess.
- Allt fagfólk sem vinnur með barninu eða fjölskyldunni þarf að búa yfir grunnþekkingu á ADHD og leggja áherslu á jákvæða nálgun. Inngrip ættu að beinast að því að hjálpa barninu að þekkja og nýta sér styrkleika sína og byggja upp þá tilfinningu hjá barninu að það hafi stjórn á hegðun sinni.
- Meðferðaráætlun má ekki einungis ná til aðferða sem takast á við þau einkenni og hegðun sem eru til vandræða, heldur líka að byggja á styrkleikum, stuðla að jákvæðri sjálfsmynd, sjálfstrausti, þoli og trú á eigin getu. Umræður um meðferðaráætlunina verða að fjalla jöfnum höndum um það sem vel gengur hjá barninu og það sem betur má fara.“
- Foreldrar þurfa að fræðast um ADHD, meðferð og rétt barnsins í skólakerfinu svo að þeir geti aðstoðað barn sitt – bæði í skóla og innan heilbrigðiskerfisins.
- Börn og einkum unglingar ættu að vera virkir þátttakendur í meðferðaráætluninni. Þau þurfa að skilja hvers vegna ýmiss konar meðferð er notuð og hvernig þær eiga að hjálpa þeim í daglegu lífi. Barnið verður að vera þátttakandi í ferlinu og skilja það til að það hafi áhuga á samvinnu og þátttöku í meðferðinni.