Government of Western Australia
Child and Adolescent Health Service

ADHD के प्रबंधन के लिए विकल्प

सारांश

- ADHD के लक्षणों को प्रबंधित करने के दो तरीके हैं - दवा के साथ या बिना दवा के।
- ADHD से ग्रस्त बच्चों के लिए दोनों ही विकल्प - दवा के साथ या बिना दवा के प्रभावशाली हो सकते हैं।
- आपके बच्चे के डॉक्टर और अन्य स्वास्थ्य पेशेवरों द्वारा आपके बच्चे की सर्वोत्तम ढंग से सहायता करने में आपकी मदद की जाएगी। ऐसा हो सकता है कि आपके बच्चे के लिए प्रभावशाली तरीका, अन्य बच्चों और उनके परिवारों के तरीकों से अलग हो।

शोध से यह ज्ञात हुआ है कि ADHD से ग्रस्त बच्चों को दोनों प्रकार के उपचार - दवा के साथ और बिना दवा के लाभ हो सकता है। चाहे आपका बच्चा अपने ADHD के उपचार के लिए दवा ले रहा हो, लेकिन दवा का सर्वोत्तम असर तब होता है जब इसके साथ-साथ आपके बच्चे के सीखने, मित्र बनाने और पारिवारिक रिश्तों में मदद करने वाली अन्य चीज़ों पर भी ध्यान दिया जाता है। इसे मल्टी-मॉडल उपचार कहा जाता है।

आप विभिन्न तरीकों के माध्यम से घर पर अपने बच्चे की ध्यान देने की क्षमता, विनियमन और एकाग्रता कौशल में मदद कर सकते हैं। आप अपने बच्चे के शिक्षक के साथ मिलकर स्कूल में उनके सीखने, मित्र बनाने और संपूर्ण कल्याण में भी मदद कर सकते हैं।

अपने बच्चे की मदद करने के तरीकों के बारे में और अधिक जानकारी प्राप्त करने के लिए ध्यान देने, विनियमन और एकाग्रता वेबसाइट पर जाएँ।

ध्यान देने की क्षमता, विनियमन और एकाग्रता में सहायता प्रदान करने के लिए दवा

शोध से यह ज्ञात हुआ है कि दवा के उपयोग से बच्चों और युवा लोगों में ADHD के लक्षणों को प्रभावशाली रूप से कम किया जा सकता है। दवा के उपयोग से ध्यान केंद्रित करने की क्षमता में सुधार हो सकता है, आवेगपूर्ण व्यवहार (बिना सोचे-समझे काम करना) पर नियंत्रण किया जा सकता है और अतिसक्रियता भी कम हो सकती है। ऐसा होने से बच्चे बेहतर ढ़ंग से सीखने, सामाजिक रूप से मेलजोल बढ़ाने और पारिवारिक गतिविधियों में भाग लेने में सक्षम होते हैं।

ADHD के लक्षणों के उपचार के लिए दो प्रकार की दवाओं का उपयोग किया जाता है - उत्तेजक और गैर-उत्तेजक दवाएँ। वे आम तौर पर सुरक्षित और प्रभावशाली होती हैं। हालाँकि, अन्य दवाओं की तरह इनके भी दुष्प्रभाव हो सकते हैं। दुष्प्रभाव से तात्पर्य किसी अनपेक्षित या अवांछित प्रतिक्रिया से है। ADHD की दवाओं के कारण होने वाले अधिकतर दुष्प्रभावों का प्रबंधन किया जा सकता है और वे लंबे समय तक नहीं रहते हैं।

यह महत्वपूर्ण है कि आपका बच्चा नियमित रूप से अपने डॉक्टर से मिले। वे दवा के प्रति आपके बच्चे की प्रतिक्रिया और उसके संपूर्ण विकास और शारीरिक स्वास्थ्य की सावधानीपूर्वक जाँच करेंगे। वे यह सुनिश्चित करेंगे कि दवा काम कर रही है और दवा के दुष्प्रभावों को भी जाँचेंगे। इसमें नियमित रूप से आपके बच्चे के वजन, ऊंचाई और रक्तचाप की जाँच की जाएगी।

ADHD के उपचार के बारे में और अधिक जानकारी आप निम्नलिखित पर प्राप्त कर सकते हैं:

- ADHD के उपचार के लिए उत्तेजक दवाएँ
- ADHD के उपचार के लिए गैर-उत्तेजक दवाएँ
- ADHD के उपचार के लिए दवा का सेवन शुरू करना

संसाधन:

- ध्यान देने की क्षमता, विनियमन एवं एकाग्रता कौशल में सहायता प्रदान करने के तरीके | बाल एवं किशोर स्वास्थ्य सेवा (Child and Adolescent Health Service)
- ADHD: बच्चों और पूर्व-किशोरों के लिए सहायता | रेजिंग चिल्ड्रन नेटवर्क (Raising Children Network)
- ADHD का उपचार कैसे किया जाता है? | AADPA
- विशिष्ट दवाओं के बारे में जानकारी: चॉइस एंड मेडिसिन (Choice and Medicine) | WA Health
- ADHD के लिए ऑस्ट्रेलियाई साक्ष्य-आधारित क्लीनिकल अभ्यास दिशानिर्देश - उपभोक्ता सहायता गाइड | AADPA

इस प्रकाशन का उद्देश्य सामान्य शिक्षा एवं जानकारी प्रदान करना है। किसी भी प्रकार की आवश्यक चिकित्सीय सलाह के लिए योग्य स्वास्थ्य देखभाल पेशेवर से संपर्क करें।

©State of Western Australia, Child and Adolescent Health Service, June 2025
CAH-001854_1