

Methylphenidate, Dexamfetamine ဒီး Lisdexamfetamine ခဲလက်မတၢ်ဂ့ၤဂ့ၤထဲသိးသိး, ဒီးတၢ်ထံၣ်လၢအအိၣ်ဒီးကသံၣ် အတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးတမံၤန့ၣ်လီၤ.

- ဖိသၣ်တနီၤထံၣ်လၢကသံၣ်တခါမၤတၢ်ဂ့ၤဒိၣ်န့ၣ်အဂၤတဖၣ်လီၤ.
- ကသံၣ်ကသီလၢအထီၣ်ဂဲၤထီၣ်တၢ်န့ၣ်မ့ၢ်တၢ်ဃုထၢအခိၣ်ထံးတခါလၢ ADHD အဂီၢ်, တၢ်ဃုသ့ၣ်ညါဒုးန့ၣ်ဝဲဒၣ်လၢအဝဲ သ့ၣ်တုၤလီၤ တီၤလီၤဒိၣ်လၢဖိသၣ်လၢအသူကသံၣ်ကသီလၢတထီၣ်ဂဲၤတၢ်တဖၣ်ဒီးန့ၣ်လီၤ.
- နကသံၣ်သရၣ်ညါန့ၣ်ကမၤကွၢ်ကသံၣ်ကသီလၢအထီၣ်ဂဲၤတၢ်တချုးဆၢတံၢ်လီၤလၢကသူဝဲဒၣ်ကသံၣ်ကသီလၢတထီၣ် ဂဲၤထီၣ်တၢ်တဖၣ်န့ၣ်လီၤ.

ကသံၣ်ကသီထီၣ်ဂဲၤထီၣ်တၢ်လၢအမၤတၢ်ဖုၣ်ဖုၣ်-

- တၢ်အိၣ်အိၣ်တသီ 2 မ့တမ့ၢ် 3 ဘျီ (ဂီၤ, မ့ၢ်ထူၣ်ဒီးတဘျီတခိၣ်လၢမ့ၢ်ဃုၣ်လီၤလီၤ)
- မၤတၢ်လၢ 3 ဒီး 5 န့ၣ်ရံၣ်အဘၢၣ်စၢၤလၢကသံၣ်တဖျါၣ် အဂီၢ်န့ၣ်လီၤ.

ကသံၣ်ထီၣ်ဂဲၤထီၣ်တၢ်လၢအမၤတၢ်ယံၢ်ယံၢ်-

- တၢ်အိၣ်အိၣ်တသီတဘျီ(လၢဂီၤခီ)
- မၤတၢ်လၢ 8 ဒီး 12 န့ၣ်ရံၣ်အဘၢၣ်စၢၤလၢကသံၣ်တဘျီအဂီၢ်လီၤ.

တၢ်စးထီၣ်ကသံၣ်ကသီထီၣ်ဂဲၤထီၣ်တၢ်

- နဖိအကသံၣ်သရၣ်ကဟ့ၣ်ကူၣ်တၢ်စးထီၣ်ဒီးကသံၣ်တဘျီအဂီၢ်ဖဲအဘၣ်ဒီးဒီးမၤအါထီၣ်အိၣ်ကယီၤကယီၤန့ၣ်လီၤ. တၢ်အံၤ ဟ့ၣ်တၢ်ဆၢကတီၢ်လၢတၢ်ကထံၣ်န့ၣ်မ့ၢ်ကသံၣ်အံၤမၤစၢၤန့ၣ်လီၤ.
- ကသံၣ်အဖျါၣ်လၢနဖိအကသံၣ်သရၣ်ဟ့ၣ်လီၤန့ၣ်ကလီၤဆီဒီးတၢ်လၢဖိသၣ်အဂၤသူဝဲဒီးတမ့ၢ်လၢအဝဲသ့ၣ်အသးန့ၣ်မ့ တမ့ၢ်အနီၢ်ခိအတယၢ်အယီၤဘၣ်.
- ဖိသၣ်အါတက့ၢ်စးထီၣ်ဒီးကသံၣ်ကသီထီၣ်ဂဲၤထီၣ်တၢ်လၢအမၤတၢ်လၢတၢ်ဆၢကတီၢ်ဖုၣ်ဖုၣ်တချုးဆီတလဲအိၣ်ဆူကသံၣ် လၢအမၤတၢ်တၢ်ဆၢကတီၢ်ယံၢ်ယံၢ်န့ၣ်လီၤ. ဖိသၣ်လၢအသးန့ၣ်ဒိၣ်န့ၣ်စးထီၣ်အိၣ် Lisdexamfetamine (Vyvanse®) သ့ၣ်လီၤ.

ကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိတဖၣ်

နဖိအကသံၣ်သရၣ်ကတဲတၢ်ဂ့ၤလီၤတၢ်ဒီးန့ၣ်ဒီးနဖိဘၣ်ဃးကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးတမံၤလၢလၢန့ၣ်လီၤ. ကသံၣ်အတၢ်ဘၣ် ဒိတခါလၢတၢ်တမ့ၢ်လၢဟံၣ်အိၣ်မ့တမ့ၢ်တၢ်တအဲၣ်ဒီးအိၣ်န့ၣ်ဒုးကဲထီၣ်ခိဖျါကသံၣ်န့ၣ်လီၤ.

ကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိအါတက့ၢ်န့ၣ်ကဲထီၣ်အသးခိဖျါကသံၣ်ကသီလၢ ADHD အဂီၢ်န့ၣ်တၢ်ရဲၣ်ကျဲၤပၤဆုၤအိၣ်ဒီးတၢ်ဆၢကတီၢ်တ ယံၢ် ဘၣ်. နကသံၣ်သရၣ်ကမၤစၢၤရဲၣ်ကျဲၤကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိတမံၤလၢလၢခိဖျါတၢ်ဆီတလဲကသံၣ်အဘျီမ့တမ့ၢ်တၢ်ဆၢက တီၢ်န့ၣ်လီၤ. တဘျီတခိၣ်ကသံၣ်ကသီတၢ်ကလိၣ်ဆီတလဲအိၣ်လီၤ.

ကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးလၢအညီန့ၣ်ကဲထီၣ်ဟံၣ်ဃုၣ်-

- ခိၣ်သၣ်ဃံဆါ*
- အဟၢဖၢတမ့ၢ်*
- တူၢ်ဘၣ်တၢ်သးတဂၢ်တကျါ*
- မံတန့ၣ်ညီညီ
- အသးအိၣ်အိၣ်တၢ်စ့ၤလီၤ
- သးတၢ်တူၢ်ဘၣ်အတၢ်ဆီတလဲလၢအစၢ်
- မၤအါထီၣ်တၢ်ဟူးဂဲၤဆူၣ်ဆူၣ်မ့တမ့ၢ်သးတၢ်တူၢ်ဘၣ်အတၢ်ဆီတလဲလၢမ့ၢ်ဃုၣ်လီၤအဆၢကတီၢ်န့ၣ်လီၤ.

* ကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးတဖၣ်အံၤညီန့ၣ်အစၢ်ဒီးဘၣ်တဘၣ် ကအိၣ်ဝဲဒၣ် 2 နွံဃၢၣ်ဃၢၣ်ဖဲနဖိစးထီၣ်အိၣ်ကသံၣ်အခါ န့ၣ်လီၤ.

ကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိလၢတညီၣ်ကဲထီၣ်ဟံၣ်ဃုာ်-

- တၢ်ဒိၣ်ထီၣ်လၢအတၢ်ဂ့ၤ
- သးအတၢ်တူၢ်ဘၣ်အတၢ်ဆီတလဲအဒိၣ်အမုၢ်မ့တမ့ၢ်နးနးကလံာ်
- နီၢ်ခိထူး(တၢ်ဟူးတၢ်ဂဲၤမ့တမ့ၢ်တၢ်ကလုာ်လၢကဲထီၣ်ဒၣ်အတၢ်, ကဲထီၣ်ဝံၤကဲထီၣ်က့ၤ)
- တၢ်ဆီတလဲလၢသ့ၣ်တၢ်ဆီၣ်သနးလၢအကဲတၢ်ဘၣ်ယိၣ်န့ၣ်လီၤ.

တၢ်အံၤအကါဒိၣ်ဝဲဒၣ်လၢထီၣ်ဘိၣ်န့ၣ်တၢ်ကကတိၤတၢ်ဒီးနဖိအကသံၣ်သရၣ်ဘၣ်ဃးကသံၣ်အတၢ်ဘၣ်ဒိဘၣ်ထံးတမံၤလၢလၢအဂီၢ်န့ၣ်လီၤ. ကသံၣ်ကသီထီၣ်ဂဲၤထီၣ်တၢ်တလိၣ်ဘၣ်“ကသံၣ်အဂီၢ်ဟါမၤကွံာ်လၢနီၢ်ခိအပူၤ”အဆၢကတီၢ်ဒိသးကသံၣ်ကသီအဂၤဒီးတၢ်ဟံၣ်ကတီၢ်အီၤလၢတၢ်ဆၢကတီၢ်တခါလၢလၢသ့လီၤ.

ဖဲနဖိမ့ၢ်အိကသံၣ်ဒီးမ့ၢ်အိၣ်ထီၣ်ဒီးအသးတၢ်တူၢ်ဘၣ်တဝံၤအသးဆူအံၤဆူန့ၤဆူၣ်ဆူၣ်ကလံာ်မ့တမ့ၢ်အသးအဲၣ်ဒီးမၤဆူၣ်မၤစိးတၢ်န့ၣ်, ဟံကတီၢ်ကသံၣ်အံၤဒီးကတီၢ်တၢ်ဒီးနဖိအကသံၣ်သရၣ်တက့ၢ်.

ဂံၢ်ထံးတဖၣ်-

- [ADHD: supporting children and pre-teens \(ADHD-ဆိၣ်ထွဲဖိသၣ်ဒီးသးစၢ်လိၣ်ဘိ\)](#) | Raising Children Network
- [Australian evidence-based clinical practice guideline for ADHD – Consumer Companion Guide](#)
(အီးစတြဲလယါတၢ်ကူစါ အတၢ်မၤအတၢ်န့ၣ်ကျဲလၢ ADHD လၢအဒီးသန့ထီၣ်လၢတၢ်အုၣ် သး - ပုၤပုၤသ့တၢ်စဲၣ်နီၤတၢ်န့ၣ်ကျဲ) | AADPA
- တၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤဘၣ်ထွဲဒီးကသံၣ်ကသီလီၤလီၤဆီဆီ- [တၢ်ဃုထၢဒီးကသံၣ်ကသီ](#) | WA Health

လံာ်တၢ်ထူးထီၣ်ရၤလီၤတခါအံၤဘၣ်တၢ်ဟ့ၣ်အီၤလၢထီၣ်ရၤတၢ်ကူၣ်ဘၣ်ကူၣ်သ့ဒီးတၢ်ဂ့ၢ်တၢ်ကျိၤအတၢ်ပညိၣ်တဖၣ်အဂီၢ်လီၤ. ဆဲးကျိးဘၣ်ဆူၣ်ချ့တၢ်ကွၢ်ထွဲအပုၤစဲၣ်နီၤလၢအအိၣ်ဒီးတၢ်ဟံၣ်ပနီၣ်လၢကသံၣ်ကသီအတၢ်ဟ့ၣ်ကူၣ်လၢတၢ်လိၣ်ဘၣ်အီၤတမံၤလၢလၢအဂီၢ်တက့ၢ်.