

توجه کا فقدان / ہائپر سرگرمی ایک عصبی خرابی عارضہ ہے، جن میں متعدد ترتیبات میں مسلسل عدم توجہی اور / یا زیادہ مستعدی اور جلد بازی مخصوص ہے۔ اگر عمدہ طریقے سے انتظام نہیں کیا گیا تو، یہ مشکلات بڑے پیمانے پر باہمی اور تدریسی مسائل پیدا کر سکتی ہے، جو احساس کمتری اور جذباتی مسائل میں مددگار ہوتی ہیں۔

ADHD کی پیشکش مکمل زندگی کا طریقہ بدل سکتی ہے۔ بچے کی عمر اور نشوونما کے مراحل کے سلسلے میں کافی مقدار میں درج ذیل طبی علامات ہونی چاہیے۔



توجه برقرار رکھنے اور مستقل کام میں دشواری



بآسانی ماحول سے متاثر ہو جانا

### بے توجہی



بس اوقات تفصیلات کی چشم پوشی اور بے پروا غلطی



کام کو منظم کرنے میں دشواری



ان سنی معلوم ہونا، جیسے کہ خواب دیکھ رہے ہوں



ایسے کاموں سے گریز کرنا جن میں مستقل ذہنی قوت کی ضرورت ہوتی ہے، مثلاً ہوم ورک کرنا اور رپورٹس لکھنا

### زیادہ مستعدی اور جلد بازی



مستقل بیٹھنے میں دشواری۔ بے آرمی اور بل کھاتی حرکت



بس اوقات زیادہ باتیں کرنا



”موڑائیٹھ“ معلوم ہونا۔ بسا اوقات نامناسب طریقے سے دوڑنا اور چڑھ جانا



مودلینے نے اور قطر اگانے میں بے صبری



بس اوقات سوالات ختم کرنے سے پہلے جواب دینا



دوسروں کی گفتگو میں مداخلت کرنا۔ بدتمیز معلوم ہونا

### ADHD کا موثر علاج



عمل اور تشخیص مرض



طرز عمل اور والدین کی تربیت



ادویات



توجه کا فقدان / ہائپر سرگرمی عارضہ (ADHD)



衛生防護中心  
Centre for Health Protection

Department of Health  
衛生署