

## සාරාංශය

- අධි ක්‍රියාකාරී උණ අවධාන තත්වය පාසල් විශේෂ දරුවන් අතර සුලභ තත්වයකි.
- මෙම තත්වය දරුවන්ගේ ඉගෙනීමේ කටයුතුවලට, සාමාජීය සංවර්ධනයට හා ආරක්ෂාවට අවාසිදායක වේ.
- ඖෂධ හා ක්‍රියාකාරකම් ඇසුරෙන් මෙම තත්වය සඳහා සාර්ථක ප්‍රතිපල ලබාගත හැක.

Further Information  
[www.slcpysch.lk](http://www.slcpysch.lk)  
contactslpsych@gmail.com

Find us on



සැකසුම්: වෛද්‍ය වජන්ත  
කොතලාවල

Prepared by: Dr. Wajantha Kotalawala

## අධි ක්‍රියාකාරී උණ අවධාන තත්වය

### ATTENTION DEFICIT HYPERACTIVITY DISORDER (ADHD)



**Sri Lanka College of  
Psychiatrists**

## හැඳින්වීම

- ක්‍රියාශීලීව හැසිරීම හා දහකාරී බව කුඩා දරුවන් අතර දක්නට ලැබෙන සාමාන්‍ය තත්වයකි.
- එහෙත් ඇතැම් දරුවන් සම වයසේ අනෙක් ළමුන්ට වඩා සීමාවෙන් ඔබ්බට ගිය ක්‍රියාකාරීත්වයේ අධික බවක් හා අවධානය රඳවා තබා ගැනීමේ අපහසුතාවයක් පෙන්වයි.
- පාසල් ළමුගෙන් 5 % කට පමණ මෙම තත්වය දක්නට ලැබේ.
- අධික්‍රියාකාරීත්වයට හේතුව දරුවාගේ මොලයේ ස්නායු ක්‍රියාකාරීත්වය පිලිබඳ තත්වයකි.
- මෙය දරුවාගේ වරදක් හෝ දෙමාපියන්ගේ වරදකින් ඇතිවූ තත්වයක් නොවේ.

## අධි ක්‍රියාකාරී උණ අවධාන තත්වයේ ලක්ෂණ

- සම වයසේ අනෙක් ළමුන්ට වඩා ක්‍රියාකාරීත්වය ඉතා වැඩිය
- නිතර එහා මෙහා කලබලයෙන් දුවයයි
- නිතරම නොඉවසිලිමත්ය
- කල්පනා නොකර ක්‍රියාකරයි
- නිතර අනතුරුවලට පවා භාජනය විය හැක.
- ඕනෑම වැඩක් ඉක්මනින් එපා වේ හෝ බාගෙට ඉවර කරයි
- වැඩ කිරීමට හැකියාව තිබුනත් උවමනාවක් නැතිසේ පෙනේ
- අවධානය යම් ක්‍රියාවකට රඳවාගත හැක්කේ සුලු වෙලාවකටපමණි
- සන්සුන්ව ඉගෙනීමේ කටයුතු කිරීම අපහසුය

ඉහත ලක්ෂණ බොහෝවිට නිවසේදී මෙන්ම පාසලේදීද දක්නක ලැබේ.

මෙම හැසිරීම දරුවාගේ ඉගෙනීමට හා සාමාජීය සංවර්ධනයට අවාසිදායක වන අතර අනතුරු වලට භාජනය වීමේ හැකියාව වැඩිකරයි.

## ප්‍රතිකාර

ඖෂධ හා වර්යාත්මක ( ක්‍රියාකාරකම් ඇසුරෙන් කරන ) ප්‍රතිකාර මගින් මෙම තත්වයට ඉතා සාර්ථක ලෙස පාලනය කරගත හැක.

මෙම තත්වය සඳහා මිනයිල්ලෙනිඩ්ට් යන ඖෂධය සුලභව භාවිතා කරන අතර එය වෛද්‍යවරයෙකුගේ නිර්දේශය මත පමණක් ලබා ගත යුතුය.

මෙම දරුවන්ගේ අධික්‍රියාකාරීත්වය පාලනය කර ගැනීමටත්, අවධානය වැඩිකර ගැනීම සඳහාත්, පන්තිකාමරයේ හා නිවසේදී ඉගෙනීමේ කටයුතු වලට සහය වීම සඳහාත් විවිධ ක්‍රියාකාරකම් හා වර්යාත්මක ප්‍රතිකාර ඇත.

එම වර්යාත්මක ප්‍රතිකාර / ක්‍රියාකාරකම් නිවසේදී හා පාසලේදී සිදුකිරීම සඳහා දෙමාපියන් හා ගුරුවරුන් දැනුවත් කිරීම අප සායන වලදී සිදු කෙරේ.