

ינואר 2016

## דף הסבר להורים על תופעות לוואי מתרופות להפרעת קשב והיפראקטיביות

**התרופות העיקריות הנרשמות כיום בישראל להפרעת קשב והיפראקטיביות (ADHD) הן:**  
**תרופות מתילפנידאט:** ריטלין IR (השפעה ל 4 שעות); ריטלין SR (6-8 שעה); ריטלין LA (8 שעה);  
קונצרטא (10 שעה); פוקלין (4 שעה); פוקלין XR (10 שעה); מדבקת דייטרנה (12 שעה).  
**תרופות אמפטמינים:** אדרל (משך השפעה 5 שעה); אדרל XR (10 שעה); ויואנס (12 שעה).  
**תרופת אטומוקסטין:** סטראטרה (משך השפעה של 24 שעות).  
מרבית תופעות לוואי מתרופות אלה זהות, לכן חשוב להתאים לכל ילד תרופה הטובה עבורו ללא ת. לוואי.

- א. פגיעה בתיאבון** עלולה לגרום לירידה במשקל! חובה להקפיד על ארוחת בוקר. חטיפים ושתייה מרובה במהלך שעות לימודים בבי"ס. ארוחת ערב עשירה ומגוונת. ללא ארוחת בוקר עדיף לא לקחת את התרופה.
- ב. סימפטומים לבביים** כמו דפיקות לב מהירות, קשיי נשימה, כאבי חזה, לחץ דם גבוה, וכדומה. על רופא בעת אבחון ילד/בוגר לוודא שאין מום לב או היסטוריה לב משפחתית, במבוגר לבצע אק"ג. עם הופעת סימפטומים לבביים, יש להפסיק את הטיפול ולגשת לרופא המטפל ולעשות אק"ג, ובמידת הצורך לפנות לקרדיולוג שיבדוק ויעריך אם ניתן להמשיך בטיפול, ואם אי אפשר יש להחליף התרופה.
- ג. תופעות גסטרואינטסטינליות** כמו יובש בפה, בחילות, כאבי בטן, והקאות. לוודא שהילד אוכל ארוחת בוקר, כי ללא אכילה בבוקר התופעות מחמירות. בד"כ תופעות אלה חולפות לאחר תקופת הסתגלות קצרה.
- ד. כאבי ראש וסחרחורת** לוודא שאוכלים ארוחת בוקר. בד"כ התופעות חולפות לאחר תקופת הסתגלות.
- ה. הופעת טיקים או החמרתם** טיקים מבטאים לחץ וסטרט שקיים בהפרעת קשב, שמופיעים ביותר משליש מהילדים כהפרעה נלווית להפרעת קשב. לנסות להפסיק את התרופה למספר ימים ואם הטיקים ממשיכים גם לאחר הפסקת התרופה, סימן שהטיקים אינם בגלל תרופות ריטלין ודומיו. הטיקים באים וחולפים ואין להם משמעות רפואית. טיפול רגשי ופסיכולוגי יכול לסייע. במקרים מסוימים צריך לשקול טיפול חלופי לריטלין.
- ו. זומביות, עצבנות, ועצבות.** אם תופעות אלה מתמידות ואף מחמירות יש לשקול החלפת הטיפול התרופתי.
- ז. הפרעות שינה:** קושי בהירדמות, התעוררות בשינה וקושי בקימה בבוקר. כדי לסייע לשינה רגועה מומלץ: לאכול ארוחת ערב עד שעה 19:00 ולאחר מכן לאכול ירקות ופירות. לא לצרוך בערב קפה, שוקו, שוקולד וכדומה. בערב הליכה/ריצה קצרה (מנוצל כזמן איכות לילד עם הורה). להכשיר תנאים ואווירה נוחים לשינה, חשיכה, ללא טלוויזיה או איפון, אייפוד (להפסיק השימוש שעתים לפני השינה).
- ח. הופעת תופעות נפשיות** כמו מצבי רוח, אופוריה, דיספוריה, הזיות, התנהגות אגרסיבית ועוד, יש להפסיק התרופה ולפנות לרופא פסיכיאטר, שיעריך אם זו הפרעה נפשית הדומיננטית הזקוקה לטיפול, שגורמת פרט לסימפטומים נפשיים גם לקשיי קשב וריכוז. כבר באבחון ראשוני על רופא מאבחן לוודא זאת, ובמקרה של החמרה בהפרעה הנפשית, צריך להפסיק את הטיפול בתרופה ולפנות להערכה לפסיכיאטר ילדים.
- ט. ריבאונד קשה בסיום השפעת התרופה** אם תופעות הריבאונד אינן חולפות בתום תקופת הסתגלות, יש לשקול החלפת התרופה.
- י. האטה בגדילה לגובה** על רופא מטפל לעקוב אחר גדילה לגובה ומשקל! רוב המחקרים הראו שאין האטה בגדילה. מחקרים בודדים שמצאו שיש האטה אומרים שלאחר שנה-שנתיים הילד מדביק את הפער.

- שלושה טיפים מסכמים, לאור ניסיוני בקליניקה, למניעתן של תופעות לוואי רבות מטיפול תרופתי:
1. להתאים לכל ילד תרופה ספציפית עבורו (ריטלין או אמפטמין), ולקבוע משך השפעה הנדרש לילד.
  2. להתחיל בכל ילד את התרופה במינון נמוך, ובהדרגה על פי הצורך, להעלות את המינון.
  3. במידה ואין הכרח רפואי (כמו בעיית התנהגות) אפשר לא לקחת התרופה בשבתות, חגים וחופשות. בהצלחה, לטיפול יעיל ומועיל ללא תופעות לוואי.