

# חדש בשניידר: נירופידבק לטיפול ל-ADHD

טיפול חדשני בקשיי קשב וריכוז יצא לדרך על בסיס מחקר, שנערך במחלקה לרפואה פסיכולוגית במרכז שניידר ומצא כי הטיפול בכלי זה יעיל באופן מובהק בשיפור מדדי קשב והיפראקטיביות

טיפול בנירופידבק, תמונת אילוסטרציה

## איך כל זה קשור לבעיות קשב וריכוז?

"האזורים הקדמיים של המוח אחראים על פונקציות ניהוליות, משאבי קשב ויכולת לעשות אינהיביציה רגשית והתנהגותית (ביחד עם אזורים נוספים). ילדים עם קשיי קשב וריכוז מתקשים לעיתים קרובות במטלות ארגון יומיומיות ובויסות התנהגות, ולעיתים מפגינים אימפולסיביות והיפראקטיביות. אימון של האזורים הללו מחזק את יכולתו של המוח לווסת את עצמו, ליעיל הקצאת משאבים, וכן לסנן, לארגן ולמקד את עבודתם של אזורים נוספים במוח."

## כמה זמן נמשך הטיפול, והאם הוא מועיל לאורך זמן?

"בתום כעשרים מפגשים, המתקיימים בתדירות של פעמיים שבוע, המוח לומד ומטמיע את השינוי. מרגע שהדפוס החדש הוטמע הוא נחקק, והחיזוקים שבעבר ניתנו למוח במסגרת מפגשי הטיפול מוחלפים בחיזוקים שהילד מקבל בעולם האמיתי - מההורים, המורים והחברים. הטיפול אינו מחולל שינויים דרסטיים במבנה או בחייוט של המוח. אנו משערים כי הוא מספק למוח את הגמישות הנדרשת כדי שיוכל לפתח אסטרטגיות חדשות להתנהלות ולהתמודדות עם המטלות והאתגרים השונים."

## האם מדובר בפריצת דרך בטיפול ב-ADHD?

"אנו אכן מאמינים שיש כאן בשורה טיפולית, ובעיקר שמחים לגלות שישנם טיפולים נוספים שניתן להציע לילדים אלו, בנוסף לטיפול התרופתי שלעיתים אינו מספיק יעיל עבורם או שהם אינם מעוניינים בו. עם זאת חשוב לומר שמדובר במחקר ראשון מסוגו בישראל, ונידרש כמובן להמשך מחקר בכדי להעמיק את הבנתנו לגבי יעילות הטיפול וגם כדי ללמוד את מגבלותיו."

## איך והיכן ניתן לקבל את הטיפול?

"ניתן לקבל את הטיפול במרכז שניידר, במרפאה לרפואה פסיכולוגית, כטיפול מחוץ לסל ובעלות מופחתת, במסגרת המרפאה לטיפול מערכתית ב-ADHD המנוהלת על ידי אירית שור ספיר. מרפאת ADHD היא חלק מהמרפאה לרפואה פסיכולוגית המנוהלת על ידי ד"ר נועה בן ארויה וד"ר אורית קריספין, תחת המעטפת של המחלקה לרפואה פסיכולוגית בניהולה של פרופ' סילבנה פינג. לפרטים ולתיאום יש להתקשר לטל' 03-9253186."

מחקר שהסתיים לאחרונה במרכז שניידר מניב בימים אלה שיטת טיפול חדשה לבעיות קשב וריכוז בילדים ובבני נוער. המחקר רחב ההיקף נערך במרפאת ADHD במחלקה לרפואה פסיכולוגית בבית החולים, בהובלת הפסיכולוגית אירית שור ספיר ובתמיכת עמותת "ילדים שלנו". כחלק מבחינת יעילותן של שיטות טיפול שונות בילדים עם הפרעת קשב וריכוז, נמצא כי הטיפול בנירופידבק יעיל באופן מובהק לשיפור הפרעת ADHD של הילד, ובמדדים מסוימים הוא יעיל לא פחות מאשר טיפול תרופתי. בין השאר נמצא שיפור מובהק במדד קשב ובמדד היפראקטיביות, כאשר לאחר הטיפול בנירופידבק הילדים יכלו להתרכז טוב יותר והיו פחות אימפולסיביים ופחות היפראקטיביים. נירופידבק היא שיטת טיפול שבה מלמדים את מוחו של המטופל לעבוד ביתר יעילות בעזרת משוש המתקבל בזמן אמיתי מקריאת הפעילות המוחית. "אחת הדרכים להתבוננות במוח היא דרך הפעילות המטבולית שלו, או במילים אחרות, בחינה של כמות הדם המוחצן שמגיע לאזורים מסוימים במוח", מסבירה אירית שור ספיר, "ככל שלאזור מסוים במוח מגיע יותר דם מוחצן, כך אזור זה עובד חזק יותר. לשם כך אנו משתמשים בשיטת טיפול נירופידבק הנקראת HEG (Hemoencephalography), שבמהלכה אנו עוקבים אחר כמות הדם המוחצן הזורם באונה הפרה-פרונטלית במוח, ובו בזמן מאמנים את המוח להפעיל אזור זה באופן יעיל יותר ומלמדים אותו דפוסי התנהגות חדשים."

## כיצד מתבצע הטיפול?

"בזמן הטיפול הילד צופה במסך מחשב, כאשר רצועה ועליה חיישן כרוכה סביב ראשו. החיישן קורא את הפעילות המוחית ומציג אותה על גבי המסך. הפעילות יכולה להיראות כעמודה צבעונית המשנה את גובהה, כדמות המתקדמת במסלול או כסרטון אנימציה. משימתו של הילד היא לגרום לדמות לעלות במעלה הר, או לאפשר לסרטון להתקדם בבהירות וללא קטיעות. מטרת המשימה היא להגביר את כמות הדם המוחצן הזורם באזורים הקדמיים של המוח. הצלחה במשימה מהווה משוב חיובי או 'פרס' למטופל, ובו בזמן משוב חיובי למוחו. המטופל יוצא מהמפגש עם תחושת סיפוק, מוחו לומד לעבוד ביתר יעילות ובכך מביא בהדרגה להפחתת הסימפטומים בהם אנו רוצים לטפל."

