

Hva er ADHD?

Oda Herrmann, overlege i BUP Kristiansund

Hva er ADHD?

- Begrepet står for Attention Deficit Hyperactivity Disorder

(Diagnose fra diagnosemanual DSM. I Norge bruker vi vanligvis Diagnosemanual ICD 10 , der diagnosen heter F90.0 Forstyrrelse av aktivitet og oppmerksomhet)

- Historisk: På 40 tallet ble det brukt begrepet MBD, fra 1962 MCD og fra 80 tallet ADD with or without hyperactivity , fra 2013 ADHD i DSM.

Hva er ADHD?

«Utviklingsforstyrrelse på nevrologisk grunnlag»

Årsak: Arvelig tilstand.

Andre faktorer er også forbundet med forhøyet risiko , men vanskeligere å fastslå årsaksforhold/omfang.

Beskrivelse

- Tilstand som vises hos barn og som kan vedvare i voksen alder (NB betegnes ikke som sykdom el. På engelsk disease)

Tilstanden gjør det vanskelig å fokusere og/eller styre egne handlinger.

Uoppmerksomhet

Impulsivitet

Motorisk uro

Estimert 3-5 % i barnebefolkningen.

Problemer med oppmerksomhet /konsentrasjon

- Vansker med å starte og gjennomføre
- Vansker med utholdenhet. Skifte stadig fra en aktivitet til en annen
- Problemer med å følge instruksjoner
- Lett å bli avledet
- Ofte vansker med å organisere oppgaver
- Glemmer eller mister ting som trengs

Hyperaktivitet

- Vansker med å sitte stille
- Uro i hender og føtter
- Rastløshet, indre uro
- Har mye energi , det kan oppleves som drevet av en indre motor

Impulsivitet

- Handle uten å tenke seg om.
- Få nye ideer, tanker i rask tempo og kan komme til uttrykk ved :
Avbryte og forstyrre andre, ta avgjørelser kjapt

NB : Rask skifte også i følelser er vanlig

Diagnostisering

- ADHD diagnosen settes når et tilstrekkelig antall symptomer på oppmerksomhetsvansker og/eller impulsivitet/hyperaktivitet har vært tilstede over tid, har oppstått i barndommen, fører til betydelige problemer i hverdagen og ikke bedre forklares av andre faktorer.

Utredning

- Er det andre faktorer som bedre kan forklare utfordringene?
- Er det andre tilstander hos barnet?
- «Tilleggs vansker er veldig vanlig»
(motoriske vansker, søvnvansker, sosiale vansker /autismesymptomer, dysleksi, søvnvansker, lærevansker, plagsomme tics, store vansker med følelsesregulering, atferdsforstyrrelse)
- Psykiske helseplager kan være følgetilstand (økt angst, symptomer på depresjon)

Hvorfor behandling /tiltak?

Ønsker å tilrettelegge for modning og utvikling etter evne
f.e. innom språk, lek, skole og utdanning, forhold til søsken og familien,
vennskap.

Ønsker generelt å motvirke/forebygge følgeproblemer

Mål: Få til en hverdag som fungerer, forbedre fungeringen i hverdagen

Hva kan være følgeproblemer?

- Lav selvtillit, høyt stressnivå over tid , vansker med å få /beholde venner, nedsatt skolefunksjon i fht egentlige evner , økt fare for problemer med rusmidler/misbruk, økt risiko for ulykker og skader (x 8 ?), økt fare for utvikling av atferdsforstyrrelse , «skjevutvikling»
- NB Belastninger i familien f.e. økt stressnivå, overbelastning, depresjon, belastninger for relasjonen mellom de voksne

Hvordan å forstå ADHD – eksempler:

- Vansker med arbeidsminne/arbeidsminne har typisk mindre kapasitet enn hos jevngamle . (kan brukes som modell for å forstå at det begrenser evne til refleksjon, dialog, huske beskjeder, bruke det man har lært/vet, tenke konsekvens, bruke tanker til å regulere følelser, bearbeide stressende hendelser osv.)
- «Dirigenten som svikter» . (Vansker med å lede og regulere, koordinere ulike funksjoner i hjernen)
- Vansker med impuls kontroll: Bremsen som svikter.
- Vansker med motivasjon. (NB tilrettelegging med anledning til hyppige «gulrøtter»)

Hva kan være positiv med ADHD?

Sammen med vanskene har mange

Høy arbeidskapasitet, energi, kreativ, gründermentalitet, mot til å ta nye snarveier, kan også ha hyperfokus, uredd på en god måte, humor mm

ADHD hos jenter

- Kan arte seg noe annerledes hos jenter, hyperaktivitet mindre framtrædende:

Fe: Tilbaketrukket, forsiktig og engstelig, dagdrømmer, uorganisert, ser ikke ut til å prøve, sensitiv for lyd.

Adhd symptomer kan svinge med menstruasjonssyklus og forsterke f.e. PMS

Hormonendringer i puberteten kan gjøre ADHD medisin mindre effektiv