

ADHD – NÅR HVERDAGEN ER KAOTISK

Der er ikke noget usædvanligt i, at små børn har svært ved at sidde stille, koncentrere sig og kontrollere deres impulser. Men for børn, der lider af ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) kan problemet være så stort, at det hindrer en normal hverdag og påvirker barnets naturlige udvikling.

For børn med ADHD kan hverdagen virke kaotisk. De mister ofte ting, glemmer tiden og får ikke lavet lektier. Børn med ADHD har også ofte svært ved at vente på deres tur eller gøre ting færdige, som de ikke umiddelbart synes, er sjove. De kommer tit op at skændes med andre, fordi de lettere bliver vrede og hidsige – ofte over ingenting.

Hvis ADHD ikke behandles, kan det have negativ indflydelse på barnets og hele familiens trivsel. Det kan være svært for barnet at få venner og tackle sociale situationer.



HVAD ER ADHD?

ADHD er en forkortelse for diagnosen Attention Deficit Hyperactivity Disorder, eller på dansk forstyrrelse af opmærksomhed og aktivitet. ADHD er en velkendt og veldokumenteret sygdom, der rammer ca. tre–fem procent af alle danske børn i den skolesøgende alder.

De væsentligste symptomer ved ADHD er:

- Opmærksomhedsforstyrrelse
- Impulsivitet
- Hyperaktivitet

Kort sagt har børn med ADHD meget svært ved at bevare opmærksomheden og kontrollere deres impulser. I de familier, hvor en af forældrene har ADHD, er der stor risiko for, at et eller flere af børnene får de samme problemer. Der findes i dag videnskabeligt belæg for, at ADHD i en vis udstrækning er en arvelig sygdom.¹

SYMPTOM: OPMÆRKSOMHEDSFORSTYRRELSE

1. Har svært ved at holde opmærksomheden på en opgave
2. Laver ofte sjuskefejl under skolearbejdet
3. Synes ikke at lytte ved direkte tiltale
4. Har svært ved at følge instruktioner og mislykkes ofte med forskellige opgaver
5. Har svært ved at organisere egne opgaver og aktiviteter
6. Undgår opgaver, der kræver vedholdenhed
7. Distraheres let af ting i omgivelserne
8. Er ofte glemsom i dagligdagen
9. Mister ofte ting



SYMPTOM: HYPERAKTIVITET

1. Har ofte uro i hænder og fødder og kan ikke sidde stille
2. Forlader ofte sin plads i klassen eller i andre situationer, hvor personen forventes at blive siddende i en længere periode
3. Farer ofte omkring, løber eller klatrer mere end normalt for situationen. Hos unge og voksne kan det være begrænset til en subjektiv følelse af rastløshed
4. Har ofte besvær med at lege eller udøve fritidsaktiviteter på en stille og rolig måde
5. Virker ofte til at være "på spring" eller gå "i selvsving"
6. Taler ofte overdrevent meget

SYMPTOM: IMPULSIVITET

1. Kaster sig ofte ud i at besvare spørgsmål, før de er færdigudtalt
2. Har ofte svært ved at vente på, at det bliver deres tur
3. Afbryder eller maser sig på hos andre (bryder f.eks. ind i andres samtale eller leg)

HVORDAN PÅVIRKER ADHD FAMILIEN?

At leve med ADHD er først og fremmest anstrengende for barnet/den unge selv. Men at være forælder til et barn med ADHD kan også være både svært og krævende.

Problemerne bliver særlig tydelige i situationer, hvor der stilles krav. Mange børn med ADHD reagerer hurtigt med stærke følelser, og det bevirker, at de måske udtrykker vrede og protest, fordi de oplever kravene som frustrerende. Selv småting kan føre til voldsomme vredesudbrud og følelsesladede scener.

Det er vigtigt, at man som forælder forstår sit barns måde at fungere på, så man ikke kontrollerer dets adfærd med forbud, negative kommentarer og trusler om straf.

Hvis man ikke forstår, hvordan et barn med denne type problemer kan påvirke sine omgivelser, er der risiko for, at man giver forældrene skylden for problemerne.

At være søskende til et barn med ADHD kan også være både svært og krævende. Det medfører ofte, at man ikke får helt så meget plads i familien, som man måske har behov for, og det kan føre til konfliktsituationer.

HVAD KAN JEG GØRE SOM FORÆLDER?

Hvis man som forælder er urolig, kan man henvende sig til skolens pædagogisk-psykologiske rådgivning eller egen læge. Det vil ofte være indgangsporten til den videre udredning. For udredningsteamet er det vigtigt at få så mange detaljer frem som muligt om, hvordan barnet fungerer i skolen, blandt kammeraterne og i hjemmet. Det er derfor en god idé at tale med børnehaveklasselæreren eller skolelæreren for at finde ud af, hvordan barnet fungerer i det pågældende miljø.

HVAD GØR SUNDHEDSSYSTEMET?

Det findes ingen simpel test, der kan afgøre, om et barn har ADHD. For at stille diagnosen er det nødvendigt med en omfattende udredning, hvilket blandt andet betyder grundige samtaler med barnets forældre og somme tider også med barnet selv. Der indsamles også oplysninger fra personalet i børnehaveklassen og/eller skolen, da det er vigtigt at vurdere, hvordan barnet fungerer i forskellige miljøer. Endvidere kan også psykologiske tests og medicinske undersøgelser indgå.

Udredningen foregår i et teamsamarbejde, først og fremmest mellem læge, psykolog og pædagog.

HVILKEN HJÆLP ER DER AT FÅ?

Selv om der i dag ikke er nogen metode til helbredelse af ADHD, er der masser af muligheder for gode løsninger. Et godt behandlingsresultat opnås ofte gennem psykosociale støttetiltag kombineret med medicinsk behandling. Tiden efter skole, hvor hverdagen er mindre struktureret end i skoletiden, er mindst lige så vigtig for ADHD-patienten til opbygning af sociale kompetencer og personlige færdigheder.¹

Ved hjælp af medicinsk behandling får man blandt andet lettere ved at koncentrere sig, og det bevirker, at det bliver nemmere at modtage viden, informationer og instruktioner. Dermed oplever mange, at hverdagen fungerer bedre.

ØNSKER DU AT VIDE MERE?

Vil du vide mere om ADHD, så klik dig ind på

www.levemedadhd.dk

Information om ADHD fra Janssen

www.adhd.dk

www.netdoktor.dk

Referenceliste:

1. "Om børn og unge med ADHD" af Dorte Damm og Per Hove Thomsen

Janssen-Cilag A/S Bregnerødvej 133, DK-3460 Birkerød, Denmark
Tel +45 4594 8282, jacdk@its.jnj.com, www.janssen-cilag.dk

PHEN/CONC/0915/0001 JC-100165-3