
MER INFORMATION:

Riksförbundet Attention

08-709 22 60

www.attention-riks.se

RSMH

08-12 00 80 40

www.rsmh.se

Genom riksförbunden kan du få kontakt med de lokala och regionala brukarorganisationerna.



PATIENTINFORMATION

Om adhd



Hemsida: www.regionhalland.se/psykiatri

E-post: psykiatri@regionhalland.se

Tel: södra Halland, 035-13 10 00

Tel: norra Halland, 0340-48 10 10

Illustration: Michael Qvarsebo



Allmänt

Adhd står för *attention deficit hyperactivity disorder*, som betyder ungefär överaktivitet och störningar i uppmärksamhet. Det är en vanlig funktionsnedsättning som drabbar cirka fem procent av alla barn och oftast finns kvar i vuxen ålder. Diagnosen är vanligare bland pojkar och män än bland flickor och kvinnor, men mörkertalet bland flickor är förmodligen stort. Personer med adhd har ofta även andra neuropsykiatriska funktionshinder som Tourettes, Asperger eller tvångssyndrom. Det är vanligt att man har svårt att lära sig nya saker. Många har svårt att läsa och skriva.

Symtom

De vanligaste symtomen vid adhd är:

- *Problem med uppmärksamhet*
Kan visa sig genom till exempel koncentrations-svårigheter eller att man är slarvig, glömsk och lättstörd. Många blir lätt uttråkade och har svårt att slutföra saker som de inte är väldigt intresserade av.
- *Impulsivitet*
Kan visa sig genom starka och svårkontrollerade känsloreaktioner, dålig förmåga att lyssna på andra. Hos en del leder impulsiviteten även till att man rör sig klumpigt.
- *Varierad aktivitetsnivå*
Det kan vara svårigheter att varva ner och sitta still men också extrem passivitet och utmattning. Överaktiviteten hos barn är ofta fysisk, hos vuxna visar den sig bland annat genom rastlöshet och sömnproblem.

Behandling

Behoven ser mycket olika ut från person till person, vilket innebär att behandlingen måste anpassas efter individen. Den kan bestå av:

- Upprättandet av en vårdplan med alla beslutade behandlingar och åtgärder.
- Information om tillståndet, även till närstående.
- Mediciner.
- Psykologisk behandling och samtal.
- Träning för att ge stöd i vardagliga aktiviteter.
- Psykosociala insatser, till exempel utbildning av närstående, anpassning av skol- eller arbetsmiljön och annan hjälp i vardagen.
- Kognitiva hjälpmedel. Stöd för minne och koncentration.

Leva med adhd

Personer med adhd behöver en ordnad vardag. Krav, förväntningar och miljö behöver anpassas för att undvika stress och överbelastning. Omgivningen spelar en avgörande roll för hur allvarlig funktionsnedsättningen blir. Familj och goda vänner underlättar vardagen för en person med adhd och ökar chanserna till förbättring.

Råd till närstående

Närstående ska så långt det är möjligt vara delaktiga i vården. De behöver dels undervisning om tillståndet, dels lära sig bemöta svårare situationer eller problem i vardagen på ett bra sätt.

Det är mycket viktigt att uppmärksamma barn till personer med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar. De behöver ofta information, råd och stöd. Många yrkesgrupper, bland annat läkare, kurator och psykolog, kan engageras i barnets välbefinnande.