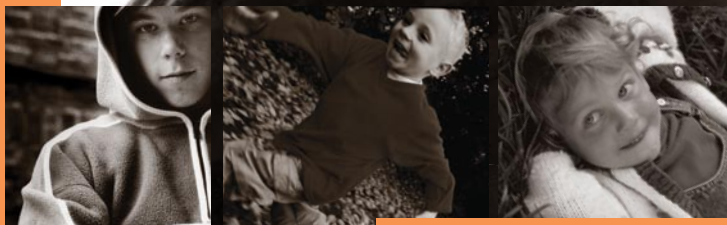
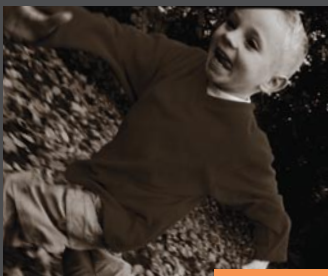


børn med ADHD



ADHD
foreningen



Udgiver

ADHD-foreningen
Rugårdsvej 101
5000 Odense C.
Tlf.: 70 21 50 55
Fax: 63 13 42 60
E-mail: info@adhd.dk
Hjemmeside: www.adhd.dk

Tekst: ADHD-foreningen i samarbejde med
journalist og læge Jan Andreasen
Ansvarshavende: Direktør Anne Worning
Layout: myDIRECTION/Imageconsult
Tryk: Huset Venture

Oplag: 10.000 eksemplarer

ISBN: 978-87-90364-13-7

2. udgave, 1. oplag, 2008

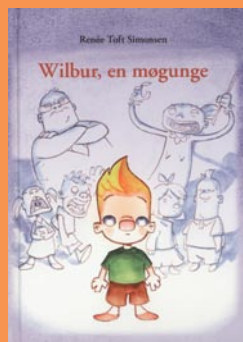
© ADHD-foreningen

Wilbur – en dreng med ADHD

Wilbur går i indskolingen og er
hovedperson i børnebogen:
Wilbur, en møgunge af
Renée Toft Simonsen.

For at give en bedre forståelse af,
hvad opmærksomhedsforstyrrel-
sen ADHD er, bliver Wilbur brugt
som eksempel i denne pjeces:
Hvorfor har Wilbur ADHD?
Hvordan kommer hans ADHD til
udtryk, hvordan bliver diagnosen
stillet - og hvad bør man som for-
ældre eller fagperson være
opmærksom på?

Bagerst i pjecen kan du læse mere
om bogen om Wilbur.



Kort og godt om ADHD

ADHD er en forkortelse for diagnosen **A**ttention **D**eficit/**H**yperactivity **D**isorder, dvs. forstyrrelser af opmærksomhed, aktivitet og impulsivitet. ADHD er med andre ord *en kognitiv funktionsnedsættelse*, som giver problemer med at opfatte, fortolke, huske, planlægge og orientere sig.

Note:

Tidligere blev diagnosen **DAMP** brugt herhjemme. DAMP er en nordisk betegnelse, som står for **D**eficits in **A**ttention, **M**otor control and **P**erception.

DAMP-diagnosen er i dag afløst af den internationale diagnosebetegnelse ADHD.

tvillinger vist, at arv er langt den vigtigste faktor. Det ses indirekte ved, at ADHD "hober sig op" i familier.

De største faktorer for udvikling af ADHD er ifølge forskere:

Arvelighed (60-80 % af variationen menes at skyldes arv).

Påvirkninger i graviditeten (alkohol, tobak og infektioner).

Meget små, eller for tidligt fødte, spædbørn.

Hjerneskadener opstået i de første leveår.

Sandsynligheden for at drengen *Wilbur* har arvet gener, som samlet set giver ham vanskeligheder, er, ifølge forskningen, stor. *Wilburs* forældre har ikke nødvendigvis selv ADHD, men de vil

Forskellige typer ADHD

Der findes tre forskellige typer af ADHD:

ADHD – med overvejende opmærksomhedsforstyrrelse.

ADHD – med overvejende hyperaktivitet og impulsivitet.

ADHD – kombineret type med såvel opmærksomhedsforstyrrelse som hyperaktivitet og impulsivitet.

Hvor kommer ADHD fra?

Tidligere mente man, at barndoms-miljøet spillede ind i udviklingen af ADHD. I dag har undersøgelser af bl.a.





måske kunne nikke genkendende til symptomerne på ADHD hos sig selv eller hos familiemedlemmer.

Der er ikke bevis for, at børn fra dårlige sociale forhold, eller som oplever utryghed i barndommen og lignende, får ADHD, hvis ikke de har arvelige anlæg for opmærksomhedsforstyrrelsen.

De forandringer i hjernen, der ligger til grund for ADHD, er endnu ikke fuldt ud kortlagt, men undersøgelser peger i retningen af, at ADHD særligt påvirker og nedsætter de tre hjerneområder, hvor "vågenhed", impulser og evnen til at sortere i stimuli bliver styret.

Hvor mange børn har ADHD?

Flere internationale undersøgelser vurderer, at *Wilbur* langt fra er alene om at have ADHD: Mellem to og seks procent af alle skolebørn har ADHD med både hyperaktivitet og opmærksomhedsproblemer – det svarer til mindst én *Wilbur* i hver klasse.

Ifølge forskere rammer ADHD drenge cirka tre gange hyppigere end piger. Tallet er dog usikkert, fordi forskningen hovedsageligt har rettet sig mod drenge's vanskeligheder. Pigers vanskeligheder er i mindre grad beskrevet, og der er behov for mere forskning i kønsforskelle ved ADHD.

Hvad kendetegner diagnosen ADHD?

Flere kendetegn skal være til stede, før der er tale om ADHD: Opmærksomhedsforstyrrelse og/eller hyperaktiv/impulsiv adfærd.

Mindst seks symptomer på både uopmærksomhed og hyperaktiv/impulsiv adfærd skal være forekommet i mindst seks måneder i en grad, som ikke svarer til barnets alder og udviklingstrin.

Eksempler på symptomer

Den opmærksomhedsforstyrrede Wilbur

- er uopmærksom over for detaljer eller laver sjsuskefejl i sit skolearbejde, sit arbejdsliv eller andre aktiviteter.
- har ofte svært ved at fastholde opmærksomheden ved opgaver eller leg.
- synes ofte ikke at høre efter, når man henvender sig direkte til ham.
- følger sjældent instruktioner til ende og gør ikke skolearbejde, hjemlige pligter eller arbejdsopgaver færdige, og det er ikke, fordi han er "på tværs" eller ikke har forstået opgaven.
- har ofte svært ved at organisere opgaver og aktiviteter.
- bliver let distraheret af ydre stimuli.

- undgår ofte – og bryder sig ikke om, at engagere sig i opgaver, som kræver vedvarende mental vedholdenhed, fx opgaver i skolen eller lektier.

- mister eller forlægger ofte ting, der er nødvendige for opgaver eller aktiviteter. Det kan være legetøj, bøger eller skriveredskaber.

- er ofte glemsom i daglige aktiviteter.

Den hyperaktive Wilbur

- har ofte svært ved at holde hænder og fødder i ro, snor og vrider sig rundt på stolen.
- forlader ofte sin plads i klasselokalet, eller i andre situationer, hvor det forventes, at han bliver siddende på sin plads.
- har ofte svært ved at lege og engagere sig i fritidsaktiviteter på en hensigtsmæssig måde.
- er hele tiden "i gang", eller virker "motordrevet".
- er ofte meget snakkende.





Den impulsive Wilbur

- buser ofte ud med svar, før spørgsmålet er blevet stillet.
- har som regel svært ved at vente på sin tur.
- afbryder ofte andre, eller overskrider andres grænser, ved fx at trænge sig på i andres samtale, leg eller spil.

Andet, der gør sig gældende for en ADHD diagnose

Symptomerne på hyperaktivitet/impulsivitet og uopmærksomhed, som medfører funktionsnedsættelse, har vist sig før 7-års alderen.

Funktionsnedsættelsen viser sig i mindst to sammenhænge, fx skole/ arbejde og hjemme.

Der skal være et klart bevis for en *betydelig klinisk funktionsnedsættelse* socialt, uddannelsesmæssigt eller beskæftigelsesmæssigt.

Symptomerne optræder ikke som et udslag af en gennemgribende udviklingsforstyrrelse, skizofreni eller andre psykotiske forstyrrelser. Med andre ord skal det være udelukket, at en anden psykisk forstyrrelse kan forklare symptomerne.

Note:

Kendetegnene for ADHD-diagnosen er beskrevet i det amerikanske diagnosesystem DSM-IV, som benyttes i Danmark, tillige med WHO's diagnosesystem: ICD-10.



Hvordan bliver diagnosen stillet?



Hvor går grænsen for, om en dreng som *Wilbur* er "normal", eller om han afviger fra "det normale"?

En grundlæggende forudsætning for, at diagnosen ADHD overhovedet kan stilles, er, at symptomerne har givet ham, og som regel også hans omgivelser, store vanskeligheder i dagligdagen.

Vigtigt er det dog at huske, at alle er forskellige – også børn med ADHD – og symptomerne kan variere meget fra barn til barn.

Tværfaglig vurdering

Der er ikke en specifik undersøgelse, blodprøve eller psykologisk test, der alene stiller diagnosen ADHD. En diagnose, som *Wilburs*, har udløst en omfattende tværfaglig undersøgelse og samtaler med hans forældre og ham selv.

Ud over en lægeundersøgelse, som tjekker *Wilburs* sundhedstilstand,

motorik, kontakt- og koncentrationsevne, har den tværfaglige undersøgelse også vurderet, om han lider af sygdomme, der kan forklare hans vanskeligheder.

Desuden er blandt andet *Wilburs* evner for koncentration, intellektuel tænkning, problemløsning, indlæring og hukommelse samt social tænkning og forståelse blevet kortlagt i en psykologisk undersøgelse.

Undersøgelserne ser også på, om der under hans mors graviditet – eller under fødslen – er sket noget, der kan forklare symptomerne. Dertil kommer en beskrivelse af *Wilburs* udvikling fra fødslen til tidspunktet for undersøgelsen, herunder sygdomme og familiære forhold.

Der er også blevet indhentet oplysninger fra hans institution og skole, ligesom besøg i hjem, skole og/eller institution kan have været på tale.





Hvordan behandler man ADHD?

ADHD rammer ikke kun det enkelte barn, men også i høj grad familierne. *Wilburs* vanskeligheder påvirker desuden det miljø, som han færdes i til daglig.

Udgangspunktet for at behandlingen af ADHD virker er at skabe en fælles forståelse for, hvad der er svært for *Wilbur*, og hvordan han bedst muligt bliver støttet. Når han oplever "at lykkes" i sin dagligdag, mindsker det stressen, så han bedre kan overvinde eller kompensere for sine vanskeligheder.

Brug for ros

Alle vokser af ros og opmuntring, men børn med ADHD har i særlig grad brug for ros!

Et barn med ADHD er født med et handikap – eller en udviklingsforstyrrelse – der resulterer i mange vanskeligheder i løbet af en dag.

Børn med ADHD vil gang på gang løbe ind i nederlag, som svækker selvtilliden. Det er derfor vigtigt, at alle voksne omkring barnet forstår handikapet og er opmærksomme på at give støtte.

Struktur på hverdagen

En overskuelig hverdag, hvor det er givet, hvad der nu skal ske, er godt for en dreng som *Wilbur*. Det vil sige klare, enkle regler og faste rytmer og rutiner, som fx faste spise- og sengetider. Der skal være støtte til at blive bedre til at takle vanskelighederne og til at opleve sig elsket.

Et barn med ADHD vil i skolen og institutionen være særligt udsat for indlæringsproblemer, mobning og for at blive udelukket af de andre børn. Det kræver overskud og engagement fra lærerne og pædagogerne at forstå problematikkerne, for det handler ikke "bare" om uartighed eller dårlig opdragelse.

En dreng som *Wilbur* vil fx let blive afledt af lyde og andre impulser, og han har derfor godt af at sidde alene eller tæt på læreren, hvor der er mest ro. Skoledagen skal være struktureret, så han kan overskue, hvad der skal ske. Når læreren giver klassen en besked, har han ofte brug for at få gentaget beskeden.

En lille gruppe, hvor der er mulighed for individuel støtte og undervisning samt



bedre mulighed for pauser, virker godt for nogle børn med ADHD. Det trætter nemlig at skulle tvinge sig til en koncentration, der ikke kommer let af sig selv.

Samarbejde og støtte

Et godt, trygt samarbejde mellem forældre, pædagoger, lærere og kommunens socialforvaltning er det, der skaber et godt udviklingsfundament for *Wilbur*.

Får familiens sagsbehandler tidligt kendskab til vanskelighederne, er det nemmere sidenhen at samarbejde om ekstra pædagogisk støtte i skolen/institutionen, om aflastning af familien osv. Det er derfor en god idé, at sagsbehandleren bliver orienteret, når ADHD-diagnosen bliver stillet.



Medicinsk behandling

Hvis pædagogisk støtte ikke er nok hjælp, er det en mulighed at behandle medicinsk. Forældre, barnet selv og skole/institution skal være grundigt informeret om medicinen, dens virkning, mulige bivirkninger og risikoen for, at medicinen kan påvirke anden form for medicin.

Videnskabelige undersøgelser viser, at 70-80% af børn med ADHD, der behandles med medicin, opnår en god effekt. Det er en specialisopgave at ordinere medicinsk behandling til et barn med ADHD.

Meget få undersøgelser har set på, hvordan børnene selv oplever medicinen, og dét at få medicin overhovedet – det gælder i øvrigt al slags medicin. De få undersøgelser, hvor børnene selv er blevet spurgt, viser, at flertallet af børnene oplever, at medicinen virker – og at de gerne vil fortsætte med den.

De hyppigst rapporterede bivirkninger ved medicin for ADHD er appetitløshed, problemer med at falde i søvn og hovedpine.



Får flere børn ADHD?

Mange faktorer har indflydelse på, hvor mange børn, der som Wilbur, får diagnosen ADHD.

Ét af diagnosens kriterier er, at barnets forstyrrelser skal forårsage *betydelige vanskeligheder for barnet og forringelse af sociale og indlæringsmæssige funktioner i betydelig grad*.

Et skole- og institutionsmiljø med krav om ansvar for egen læring og selvforvaltning, og et stigende antal børn i skoleklassen/institutionen, giver flere udfordringer for børn med ADHD, og større risiko for, at de får *betydelige vanskeligheder*.

Der er et stigende krav i samfundet om at kunne sortere i en strøm af information, foretage valg og skift i aktiviteter – og være i stand til at skifte opmærksomhed og fungere i flere forskellige sammenhænge. Samtidig oplever børnefamilier sig mere stressede og tids-

mæssigt pressede i dag, hvorfor nogle har mindre tid til at støtte deres børn i løbet af dagen.

Blandt praktiserende læger, børne- og ungdomspsykiatere, psykologer, lærere og pædagoger er der en større viden og forståelse for ADHD. Det er også mindre tabubelagt i dag end tidligere at søge hjælp hos en psykiater/psykolog samtidig med, at der er bedre behandlingsmuligheder end førhen.

Alt i alt kan disse forskellige faktorer være medvirkende til, at man finder flere børn med ADHD, og at flere børn med ADHD får vanskeligheder.

En diskussion af børns vilkår nu og i fremtiden er relevant, men den hjælper ikke de børn med ADHD der, her og nu, har vanskeligheder i en grad, hvor de har brug for behandling.

Vidste du

at børn med ADHD også bliver kede af det, når de igen har gjort noget forkert?

at børn med ADHD er gode til at koncentrere sig, når noget interesserer dem?

at pædagogisk støtte og medicin kan hjælpe børn med ADHD?



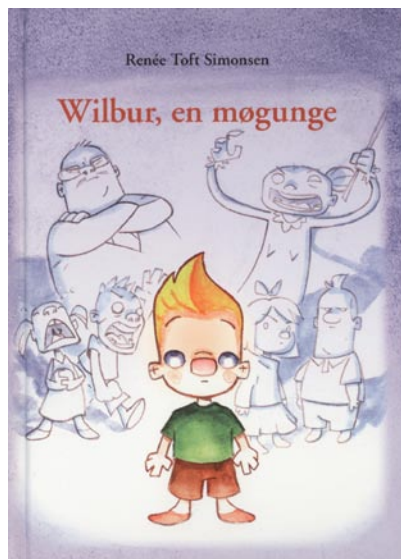
Wilbur som voksen

Ikke alle børn vokser fra de vanskeligheder, som ADHD giver dem, men for knapt halvdelen af børnene gælder det, at deres symptomer bliver mindre i løbet af puberteten, så de ikke længere opfylder kriterierne for diagnosen.

I ADHD-foreningens pjece, *Voksne med ADHD*, kan du læse om voksenlivet med ADHD.

Hvad gør jeg ved mistanke om ADHD?

Er du bekymret for, at et barn har ADHD, kan den praktiserende læge henvise til en børne- og ungdomspsykiatrisk afdeling eller til en speciallæge. Du kan også kontakte den lokale Pædagogisk Psykologisk Rådgivning (PPR). Adressen kan du få via din kommune.



Wilbur, en møgunge

Vil du lære *Wilbur* bedre at kende, kan du læse hans historie i:
Wilbur, en møgunge – forfattet af Renée Toft Simonsen.

Fortællingen om Wilbur er skrevet til børn med ADHD, deres klassekammerater – og i det hele taget alle dem, som børn med ADHD deler deres hverdag med.

Køb bogen i ADHD-foreningens butik på www.adhd.dk





ADHD

foreningen

Rugårdsvej 101 | 5000 Odense C
Tlf. 70 21 50 55 | Fax: 66 13 55 12
e: info@adhd.dk | www.adhd.dk

Tak til Eli Lilly Danmark A/S,
der har sponsoreret denne folder

Lilly

Answers That Matter.