

# Adhd

## Vad är adhd?

Adhd, efter engelskans attention deficit hyperactivity disorder, innebär att barnet har svårigheter med olika kombinationer av uppmärksamhet, överaktivitet och impulsivitet i flera situationer och miljöer.

### Nedsatt uppmärksamhet kan innebära att barnet:

- missar detaljer i uppgifter, exempelvis räknesätt, eller hoppar över information som behövs för att utföra uppgifter korrekt. Det kan också innebära att barnet inte lyssnar, även när informationen ges direkt och tydligt, tappar saker som behövs i vardagen eller glömmer saker som har bestämts i skolan eller på fritiden.
- har svårt att vara uthålligt. Till exempel kan barnet ha svårt att jobba med en uppgift eller stanna i en aktivitet en längre stund. Barnet kan också undvika, skjuta upp eller försöka kringgå uppgifter som hen upplever som mentalt ansträngande.
- har svårt att utföra uppgifter på ett effektivt och genomtänkt sätt. Det kan handla om tidsplanering eller att hålla rätt på material. Barnet kan även påbörja uppgifter utan att slutföra dem.

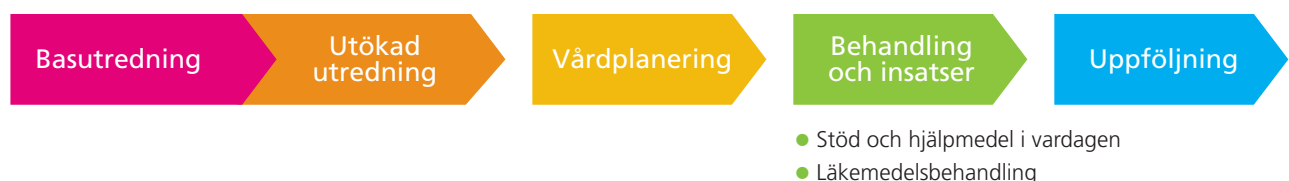
- lätt blir distraherat. Barnet kan störas av ljud och saker som händer runt omkring eller av att börja tänka på annat.

### När det gäller överaktivitet och impulsivitet kan det handla om att ditt barn ofta:

- upplevs som rastlöst. Barnet kan skruva på sig i stolen, trumma med händer och fötter eller ”greja” med saker på ett rastlöst sätt. Barnet kan även uppfattas som att vara uppe i varv eller på språng, eller att ha ett tempo som det är svårt för andra att följa.
- har en aktivitetsnivå som är olämplig eller är ovanligt hög. Det innebär att barnet har svårt att utföra saker eller leka på ett lugnt och sansat sätt, eller att hen lämnar sin plats eller rör sig, klättrar eller klänger i situationer där det inte är lämpligt. Det kan också innebära att barnet pratar och kommenterar saker ovanligt mycket.
- är impulsivt. Det innebär att barnet har svårt att vänta på sin tur, kastar ur sig svar eller avbryter andra i samtal eller aktiviteter. Det kan också innebära att barnet inte tänker sig för utan börjar använda andras saker utan att fråga om lov eller få tillåtelse.

Som diagnos benämns adhd olika beroende på om barnet har en kombination av tydliga

FORTSÄTTNING PÅ NÄSTA SIDA



När barnet har fått en diagnos och ni har diskuterat vårdplanen tillsammans med patientansvarig behandlare eller läkare kan barnet börja sin **behandling**.

svårigheter inom både uppmärksamhet och överaktivitet/impulsivitet, eller om barnet framför allt har svårigheter inom antingen uppmärksamhet eller överaktivitet/impulsivitet.

### **Andra svårigheter samtidigt**

Det är ganska vanligt att ha en eller flera andra svårigheter vid adhd, även om det varierar från person till person. Ditt barn kanske har lässvårigheter eller svårigheter att uttrycka sig, svårt med känsloreglering eller är trotsigt. En del barn får ångest och depression medan andra samtidigt kan ha autismspektrumtillstånd. Kroppsliga symtom som övervikt, astma och allergier är också vanligt.

### **Vad beror det på?**

Adhd uppstår i tidig ålder och beror på att hjärnan utvecklas på ett annorlunda sätt än hos barn med en typisk utveckling. Ungefär 6 av 100 barn får diagnosen adhd, och det är vanligare hos pojkar än hos flickor. Den vanligaste orsaken till adhd är ärftlighet. Därför kan flera i en familj eller släkt ha liknande svårigheter.

### **Behandling**

Adhd-symtom kan ibland avta när barnet blir äldre, även om svårigheterna inte försvinner helt.

Många lär sig att hantera symtomen genom att använda olika hjälpmedel. Du som förälder kan få stöd och kunskap om hjälpmedel och hur du bäst bemöter ditt barn, både hos oss på BUP och inom habiliteringen. Information ges även till förskolan eller skolan, om du samtycker till det. Om barnet har andra svårigheter som till exempel ångest eller depression och behöver behandling för det, kan den antingen erbjudas hos oss eller på en annan enhet som vi kan hjälpa till att hänvisa till.

Läkemedel erbjuds i många fall. De flesta, men inte alla, känner att de blir hjälpta av medicinen. Ibland behöver barnet pröva olika doser och läkemedel för att få rätt effekt eller för att minimera olika biverkningar, som sänkt matlust, magont eller sömnsvårigheter. Därför bokas regelbundna kontroller in hos läkare och sjuksköterska inom BUP. Om barnet är äldre tas även frågor om droger och alkohol upp.

### **Vad kan du som vårdnadshavare göra?**

Du som vårdnadshavare kan söka till habiliteringens Adhd-center, som erbjuder hjälp och stöd. Det finns även olika intresseorganisationer där du kan träffa föräldrar i liknande situation.

### **Vill du veta mer?**

- Adhd-center ([habilitering.se/adhd-center](http://habilitering.se/adhd-center))
- Riksförbundet Attention ([attention.se](http://attention.se))
- Attention's film "Vad är ADHD?" på Youtube