

ADHD

Orsak, symtom, funktion och
koppling till missbruk

My Frankl, leg psykolog

Neuropsykiatriska mottagningen,
Beroendecentrum Stockholm

Neuropsykiatri

Utvecklingsrelaterade kognitiva funktionshinder (UKF)

- ◆ ADHD
- ◆ Autismspektrum störning
- ◆ Utvecklingsstörning
- ◆ Tourettes syndrom

Personlighetsutvecklingen har skett på ett annorlunda sätt.

- ◆ Orsaker:
 - Arvsanlag
 - Ngt har inträffat i fosterstadiet eller vid förlossning, ex:
 - ◆ Infektion hos mamma under fosterstadiet
 - ◆ Syrebrist i delar av hjärnan
 - ◆ Encephaliter- hjärninflammation
 - ◆ Meningiter- hjärnhinneinflammation

Utredning-diagnostisering

- ◆ Anamnes: Hur länge har svårigheterna funnits?
- ◆ Adaptiv förmåga: Vad klarar man i det dagliga livet?
- ◆ Begåvningsnivå och kognitiv profil
- ◆ Prognos: Är det ett varaktigt funktionshinder?

Är ADHD något nytt?

Nytt namn för
funktionshinder som alltid
funnits

Neuropsykiatriska mottagningen,
Beroendecentrum Stockholm

Historik

- ◆ 1853 Esquirol Försökte skilja på utvecklingsstörda och de som har en psykisk sjukdom
- ◆ 1853 Little Definierade CP-skador.
- ◆ 1902 Barn som inte hade CP eller utvecklingsstörning men som ändå hade vissa svårigheter Still "Dålig moralisk kontroll"

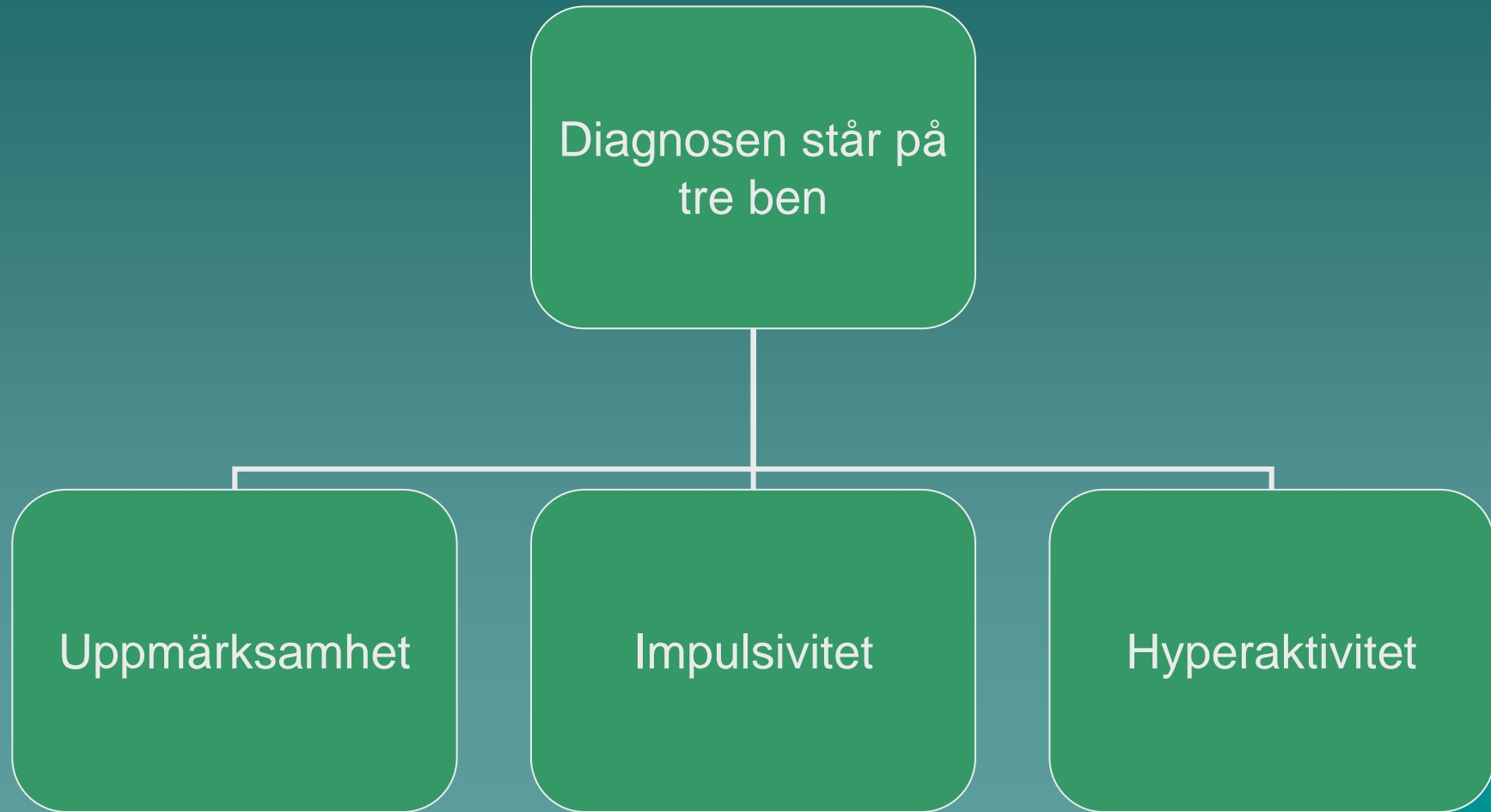
Historik

- ◆ 1912 Tredgold
- ◆ Barn som har svårt att ta till sig information i grupp, men lyckas bättre enskilt.
- ◆ Begåvade barn som ej kom till sin rätt.
- ◆ Svårt med koordination
- ◆ Första världskriget "Post encephalite syndrome" Problemen hos barnen kopplades till hjärnan.

Historik

- ◆ 1940-50-talet Strauss, Werner Leppinen
"Brain damage Behavior syndrome"
- ◆ 60-talet MBD (minimal brain damage/dysfunction)
- ◆ ADHD (attention deficit hyperactivity disorder)
- ◆ DAMP (Dysfunktion i fråga om Aktivitetskontroll och uppmärksamhet, Motorikkontroll och perception) Christoffer Gillberg

Vad är ADHD?



Ouppmärksamhet

- ◆ Slarvfel
- ◆ Ouppmärksam på detaljer
- ◆ Svårt bibehålla uppmärksamhet
- ◆ Verkar inte lyssna
- ◆ Följer inte instruktioner
- ◆ Svårt organisera uppgifter och aktiviteter
- ◆ Liten mental uthållighet
- ◆ Tappar bort saker/ Glömsk
- ◆ Lättdistraherad
- ◆ Långsam

Impulsivitet

- ◆ Kastar ur sig svar på frågan innan den ställts klar
- ◆ Säger halva meningar
- ◆ Svårt vänta på sin tur/Avbryter andra
- ◆ Slutar och börjar jobba
- ◆ Avslutar relationer
- ◆ Kör för snabbt
- ◆ Går från en aktivitet till en annan utan att göra klart
- ◆ Förlorar humöret

Hyperaktivitet

- ◆ Svårt att sitta stilla med händer och fötter
- ◆ Kan ej sitta stilla mer än korta stunder
- ◆ Rastlös
- ◆ Svårt att utföra sysslor lugnt och stilla
- ◆ Går på högvarv
- ◆ Alltid mycket att göra/ständig aktivitet
- ◆ Aktiva arbeten
- ◆ Pratar hela tiden

Diagnoskriterier

- ◆ Symtomen ska vara synliga i barndomen och synas i minst två olika miljöer.
- ◆ Funktionsnedsättning inom minst två områden.
- ◆ Symtom som går att känna igen hos många *men viktigaste diagnoskriteriet: Måste leda till stora problem i vardagen och vara harmfult för individen*

ADHD/ADD

- ◆ Uppmärksamhet/hyper-aktivitet i kombination
- ◆ Mest Uppmärksamhet
- ◆ Mest hyperaktivitet/impulsivitet

ADHD/ADD

- ◆ Hyperaktiviteten minskar med åldern men ändrar också karaktär. Vuxna beskriver oftare en konstant inre rastlöshet.
 - En inre motor som aldrig stannar
 - Alltid uppe i varv
 - Ångest som inte är ångest

Könsskillnader/Social fostran

- ◆ Pojkar utagerande
 - aggressivitet, trots och andra beteendeproblem
 - motorisk rastlöshet
- ◆ Flickors/Kvinnors symtom tar sig ibland mindre synbara uttryck
 - pratsamhet snarare än motorisk rastlöshet
 - Blygsel
 - Ängslan
 - Glömska
 - Svårigheter att lyssna

Könskillnader

- ◆ När flickor med ADHD jämförs med pojkar med ADHD-mindre utagerande beteende
- ◆ När flickor med ADHD jämförs med andra flickor-mer utagerande och beteendeproblem

Prevalens

- ◆ I skolåldern 3-5%
- ◆ 3-6 ggr vanligare hos pojkar.
- ◆ Mer än hälften av alla barn med ADHD har kvarstående funktionshinder som vuxna.
- ◆ Vuxna med missbruk: 10 % eller mer
- ◆ Vuxna med missbruk och kriminalitet: 30 % eller mer

Källa: Utredning och diagnostik av ADHD hos vuxna, Psykologiförlaget AB

Etiologi - Vad orsakar ADHD?

◆ Genetiska faktorer:

- Sänkt hjärnaktivitet
- Minskad hjärnvoly
- Förändringar i hjärnan

◆ Miljöfaktorer

- Prenatala: alkohol, tobak
- Perinatala: förlossningskomplik., syrebrist
- Postnatala: undernäring, encefalit

Sociala miljön

- ◆ Funktionsnedsättning påverkas av stödet/brist på stöd från omgivningen

Mest utmärkande drag

- ◆ **Bristande hämning av impulser**
- ◆ Vissa forskare menar att bristande uppmärksamhet uppträder sekundärt till oförmågan att hejda beteenden.
- ◆ **Bristfällig självreglering.** Leder till:
 - ◆ Svårigheter att styra aktivitet och känsloliv.

Exekutiva funktioner

- ◆ Kopplade till frontalloberna
- ◆ Utvecklades senast i den mänskliga hjärnan
- ◆ Hjärnans "VD"
- ◆ Reglerar beteenden och känslor
 - Planera
 - Organisera
 - Överblicka
 - Flexibilitet
 - Initiera/hämma beteende
 - Koppla känsla med tanke

Hur märks AD/HD i vuxenlivet?

Bristande uppmärksamhet

- ◆ Slarvfel
- ◆ Tröttnar
- ◆ Lyssnar inte
- ◆ Slutför inte
- ◆ Svårt att organisera
- ◆ Tappar bort
- ◆ Glömsk

Hur märks AD/HD i vuxenlivet?

Hyperaktivitet/impulsivitet

- ◆ Svårt att vara stilla
- ◆ Är "på språng"
- ◆ Pratar överdrivet mycket
- ◆ Kastar ur sig svar innan den andre talat färdigt
- ◆ Har svårt att vänta på sin tur
- ◆ Avbryter
- ◆ Inre rastlöshet

Hur märks AD/HD i vuxenlivet?

Känslomässiga konsekvenser

- ◆ Lättutlöst frustration eller ilska
- ◆ Bristande tålamod
- ◆ Temperamentsutbrott eller humörsvängningar
- ◆ Nedstämdhet, ängslan eller osäkerhet
- ◆ Dålig självkänsla

Hur märks AD/HD i vuxenlivet?

Sociala konsekvenser

- ◆ Få vänner
- ◆ Massor av vänner
- ◆ Kaxig, överlägsen/svårt att hävda sig
- ◆ Svårt att säga nej
- ◆ Svårt att följa regler
- ◆ Svårt att hålla ordning
- ◆ Svårt att anpassa sig
- ◆ Svårt att klara jobb

Hur märks AD/HD i vuxenlivet?

Aktivitetsnivå

- ◆ Pendlar mellan hög aktivitetsnivå och sömn
- ◆ Alltid trött
- ◆ Dygnsrytm
 - Svårt att somna
 - Sover fragmenterat
 - Uttalat morgontrött

Hur märks AD/HD i vuxenlivet?

Tid

- ◆ Missar tider

- Glömmer
- Fel dag
- Fel plats

- ◆ Inre känsla av tid

- Hur lång tid är 5 minuter?
- En halv timme?
- Hur mycket hinner man på en dag?

Ojämn förmåga inte oförmåga

- ◆ Inte alltid ouppmärksam eller lätt distraherad
- ◆ Inte brist på kunskap utan att man inte gör det man kan.
- ◆ Svårt att kunna hålla ut och koncentrera sig länge

Fungerar/Fungerar inte

- ◆ När motiverade
- ◆ Omedelbara konsekvenser
- ◆ När intressant
- ◆ Täta pauser
- ◆ Positiv feedback
- ◆ Enformigt
- ◆ Besvärligt
- ◆ Ointressant
- ◆ Inte självvalda
- ◆ Fördröjda konsekvenser

Fördelar med ADHD

- ◆ Påhittig
- ◆ Rolig
- ◆ Stundtals mycket energi
- ◆ Har driv och kan få med andra
- ◆ Hittar oväntade lösningar
- ◆ Orädd

Följderna av ADHD

- ◆ Negativ inverkan på skolprestation vilket påverkar kunskapsinhämning
- ◆ Relationer till familj och vänner problematiska
- ◆ Svårt att leva upp till omgivningens krav
- ◆ Känsliga för livets svårigheter, påfrestningar och krav
- ◆ Dåligt självförtroende och negativ självbild

Samspel mellan förälder och barn

- ◆ Svårt att förstå och hantera barnet
- ◆ Ilska väcks mot besvärligt barn
- ◆ Skuld känslor hos föräldern för att inte klara av
- ◆ Omgivningens syn på föräldrarna och på barnet

Diagnos i vuxen ålder

- ◆ Leva med funktionshinder utan stöd
- ◆ Känner att något är fel men inte veta vad
- ◆ Känna att man inte är som andra
- ◆ Uppfattas av andra som "besvärlig"
- ◆ Psykisk sjukdom
- ◆ Fysisk sjukdom
- ◆ Missbruk

Komorbiditet/Samsjuklighet

- ◆ Ångestsjukdomar
- ◆ Bipolär sjukdom
- ◆ Drogmissbruk
- ◆ Personlighetsstörningar (borderline)
- ◆ Sömnproblem
- ◆ Läs- och skrivsvårigheter
- ◆ Ätstörningar

ADHD och missbruk

- ◆ Alkohol och droger kan ge symtomlindring
 - Varva ner, komma till ro, somna
 - Känsla av fokus och lugn
 - Hantera sociala situationer
- Självmedicinering?
 - Såväl ADHD som missbruk/beroende måste behandlas

ADHD och missbruk

- ◆ Tidig missbruksdebut
- ◆ Steget från missbruk till beroende kortare
- ◆ Intensivare missbruksstil
- ◆ Högre grad av återfall i missbruk

ADHD, missbruk och kriminalitet

- ◆ Starkt samband mellan ADHD, uppförandestörning, antisocial personlighetsstörning, missbruk och kriminalitet.
 - Låg impuls kontroll
 - Utanförskap
 - Stresskänslighet
 - Sociala svårigheter

Behandling

- ◆ Farmakologisk
- ◆ Färdighetsträning i grupp eller individuellt
- ◆ Minnesträning
- ◆ Andra former av psykoterapi kopplad till samsjuklighet.

Farmakologisk behandling

- ◆ Centralstimulerande medicin
 - Ritalin, Concerta, Metamina
- ◆ Icke centralstimulerande medicin
 - Strattera

Cirka 75% av vuxna med ADHD blir hjälpta av medicinen

- Bättre uppmärksamhet och koncentration, mer lugn

Farmakologisk behandling

- ◆ Inte samma goda resultat för personer med missbruk och ADHD
 - Beroendeproblematiken gör medicininställningen svårare
 - Hantera återfall utan att ge upp medicineringen
 - Medicinen kan ge sug
 - Rädsla för drogkänsla/avtändning

Arbetsminnesträning

- ◆ Datorstödd arbetsminnesträning
 - Cirka 30 min träning i fem veckor, fem dagar i veckan.
 - Effekt på arbetsminnet samt andra funktioner?
 - Självs kattad upplevd effekt.
 - Kick för självförtroendet att klara den intensiva träningen

Psykologisk behandling

◆ Färdighetsträning

- Psykoedukation
- Medveten närvaro
- Beteendeanalys
- Hemuppgifter

◆ Vad hjälper?

- Förstå symtomen
- Träning i beteendereglering/
känsloreglering
- Lära sig använda hjälpmedel
- Jag är inte ensam