



Thema: ADHS- Was ist das?

Grundregeln für Eltern im Umgang mit ADHS-Kindern:

1. **Stellen Sie klare Regeln auf!**
2. **Stärken Sie die positive Beziehung zu Ihrem Kind!**
3. **Loben Sie auch bei kleinen Erfolgen!**
4. **Seien Sie konsequent!**
5. **Versuchen Sie, die Probleme vorherzusehen!**
6. **Behalten Sie die Übersicht!**
7. **Tun Sie auch einmal etwas für sich selbst!**



Begleitstörungen bei ADHS:

ADHS tritt in den seltensten Fällen allein auf. Bis zu zwei Drittel der Betroffenen leiden unter Begleitstörungen, die unbehandelt negative Auswirkungen auf die kindliche Entwicklung haben. Zu den häufigsten Begleiterscheinungen gehören:

a) Störungen des Sozialverhaltens (bei 30-50%):

Durch ihre Impulsivität und Stimmungsschwankungen geraten ADHS-Kinder öfter als andere in Streitigkeiten. Sie treten oft ungehorsam, aggressiv und vorlaut auf. Wenn dieses Verhalten sehr ausgeprägt und länger anhaltend auffällt und dazu noch wiederholtes Stehlen, Lügen und andere dissoziale Handlungen auftreten, kann von einer Störung des Sozialverhaltens gesprochen werden.

b) Teilleistungsstörungen (bei über 25%):

Hierbei handelt es sich in vielen Fällen um die Störung der Sprachentwicklung und der Bewegungskontrolle. Mit dem Schuleintritt fallen etwa ein Drittel der ADHS-Kinder zusätzlich durch eine Lese-Rechtschreib-Schwäche (20-30%) oder durch eine Rechenschwäche auf.

c) Ängste (bei 20-25%):

Durch zahlreiche Misserfolge und negative Erfahrungen sind ADHS-Kinder oft verunsichert und haben meist ein sehr niedriges Selbstbewusstsein. Mit zunehmender Problemverdichtung können sich daraus längerfristig Ängste entwickeln, z.B. Angst allein zu sein, Angst im Dunkeln oder Angst in Stess- und Prüfungssituationen.

d) Tics (bei bis zu 30%):

Diese findet man bei ADHS-Kindern in deutlich größerer Zahl. Sie sind mit dem Willen nicht beeinflussbar und können sich als motorische Tics (Blinzeln, Grimassieren, Schulterhochziehen...) oder verbale Tics (Husten, Grunzen, Quieken, Schnauben...) äußern.

ADHS-Verdacht und dann?

Nicht immer, wenn ein Kind unaufmerksam, unruhig oder impulsiv ist, handelt es sich um ADHS. Auch Kinder, die sich in der Regel "normal" verhalten, zeigen ab und zu ähnliche Auffälligkeiten. Um eine ADHS-Diagnose stellen zu können, müssen beispielsweise andere Erkrankungen mit ähnlicher Symptomatik ausgeschlossen werden (z.B. Depressionen, Anfallsleiden, Autismus, Angst- und Zwangsstörungen oder auch Minderbegabungen). Auch spielt die Zeitdauer und die Stärke der Verhaltensauffälligkeit eine nicht unwesentliche Rolle.

Die Diagnostik ist ein langwieriger Prozess mit Untersuchungen in den verschiedensten Lebensbereichen. Dazu gehören unter anderem:

- eine ausführliche Erhebung der Vorgeschichte (Schwangerschaft, Geburt, Vorerkrankungen...)
- die Erfassung des Ist-Standes (Stärken und Schwächen, Hobbys, Familiensituation, Stellung im Freundeskreis, Probleme zu Hause/in der Einrichtung, Beurteilung durch das Umfeld)
- eine umfangreiche körperliche Untersuchung (seelische und geistige Entwicklung, Hören und Sehen, Nervensystem, Mimik und Gestik, Körpersprache, Bewegungssteuerung, Sprache...)
- Verhaltensbeobachtungen und Gespräche
- gegebenenfalls Zusatzuntersuchungen (EEG, EK, Bluttests, Leistungstests).

ADHS und Intelligenz

Kinder mit ADHS sind genauso intelligent wie andere. Trotzdem erreichen sie oftmals nicht die gleichen Ergebnisse, da Unaufmerksamkeit, Konzentrationsschwäche, schwankende Motivation und fehlendes Selbstbewusstsein, geringe Frustrationstoleranz und fehlende Sozialkompetenz für das Arbeiten in der Gruppe zu wechselhaften Leistungen führen. Hinzu kommen oft Teilleistungsstörungen, die die Chancen auf gute Noten verringern.

Leicht geraten solche Kinder dann in eine Negativspirale, die die Grundproblematik weiter verschlimmert. Es kommt zu Gruppenausschlüssen, Kita- oder Schulfrust, Klassenwiederholungen und Ausbildungsabbrüchen.



Begabung und ADHS

Auch bei hochbegabten Kindern kann es bei anhaltender Unterforderung zu Leistungs- und Verhaltensstörungen kommen.

Ebenso ist eine Kombination aus ADS/ADHS und Minderbegabung möglich.

Testpsychologische Untersuchungen sind notwendig, um das Begabungsniveau eindeutig zu bestimmen und Störungsbilder abzugrenzen.

Medikation bei ADHS-Kindern:

Voraussetzung für eine medikamentöse Therapie ist in jedem Fall eine im Vorfeld durchgeführte umfangreiche Diagnostik. Der Einsatz von Medikamenten erfolgt erst dann, wenn sich andere Therapiemaßnahmen (z.B. Frühförderung, Verhaltenstherapie) nicht als ausreichend erwiesen haben. Ein weiterer Beweggrund kann die Zuspitzung im häuslichen Umfeld oder die Eskalation der Gruppensituation in der entsprechenden Betreuungseinrichtung sein.

Über eine Einstellungsphase mit einer niedrigen Dosis wird die Wirksamkeit und Verträglichkeit des Präparates beobachtet. Wichtig ist hierbei, dass die Einnahmenvorgaben streng eingehalten und nicht eigenmächtig verändert werden. Durch regelmäßige Gespräche, Blutuntersuchungen und Verlaufsfragebögen, wird der Erfolg der Behandlung kontrolliert.

Dem Arzt stehen verschiedene Präparate zur Verfügung. Methylphenidat ist hierbei das bevorzugte Mittel. Aber auch Amphetamin kann bei ADHS-Behandlungen zum Einsatz kommen. Beide Stoffe gehören zur Gruppe der Stimulanzien und ermöglichen es den Kindern, aufmerksamer und konzentrierter zu arbeiten. Auch wird die Selbststeuerung positiv beeinflusst. Erreicht wird dieses nicht durch die "Ruhigstellung" des Kindes, sondern durch die Bereitstellung zusätzlicher Botenstoffe (insbesondere Dopamin) für das Gehirn, wodurch es zu einer besseren Informationsübertragung kommt.

Die Entscheidung für ein bestimmtes Medikament orientiert sich an der gewünschten Wirkdauer im Tagesverlauf, dem Alter des Patienten, früheren Medikamentenerfahrungen und den entsprechenden Begleitstörungen der ADHS.

Die Dauer der Medikation ist sehr unterschiedlich und kann fortgeführt werden, solange Bedarf besteht. Auch bei einer mehrjährigen Gabe der Präparate *besteht nicht die Gefahr einer Suchtentwicklung!*

Mögliche positive Wirkung:

- höhere Aufmerksamkeitsspanne
- bessere schulische Leistung
- Nachlassen der motorischen Unruhe
- höhere emotionale Ausgeglichenheit
- höhere Fähigkeit bei der Impulssteuerung
- verbessertes Sozialverhalten
- Rückgang aggressiven Verhaltens
- verbesserte Schrift und Rechtschreibung
- weniger Flüchtigkeitsfehler
- verbesserte Körperkoordination
- weniger selbststimulierende Geräusche
- höhere Motivation
- größerer Spaß an Arbeit und Leistung
- bessere Selbsteinschätzung

Mögliche Nebenwirkung:

- Appetitlosigkeit
- Schlafstörungen
- Kopfweh
- Bauchweh
- Schwindel
- Missgestimmtheit

Was kann passieren, wenn ADHS nicht behandelt wird?

Die Betroffenen bleiben häufig unter ihren intellektuellen Möglichkeiten, finden seltener einen ihrer Begabung entsprechenden Beruf, haben ein geringeres Selbstbewusstsein, viele Selbstzweifel, haben ein erhöhtes Risiko für Unfälle und eine hohe Neigung für den Konsum von Alkohol, Nikotin und Drogen. Auch zeigen sie oft bis ins Erwachsenenalter anhaltende Probleme im Beruf, in der Partnerschaft und im Freundeskreis.

Bis bald, Ihr Team
vom
Tornowsee!

