



Informatie voor jongeren en ouders

Altrecht Kinder- en jeugdpsychiatrie

Alles over ADHD

ADHD is een afkorting voor Attention Deficit/Hyperactivity Disorder. In Nederland noemen we het aandachtstekortstoornis met hyperactiviteit. Aandachtstekortstoornis wil niet zeggen dat ouders van kinderen met ADHD hun kind te weinig aandacht geven. We spreken van aandachtstekort omdat de kinderen zelf hun aandacht niet lang genoeg bij een taak kunnen houden.

ADHD komt vaak voor in combinatie met andere stoornissen. Ongeveer de helft van de kinderen met ADHD vertoont ook ernstig opstandig gedrag, ongeveer 70% heeft leerproblemen en ook angststoornissen, somberheid, ticstoornissen en contactstoornissen komen vaker samen met ADHD voor. Deze problemen hebben niets te maken met de intelligentie of motivatie van de kinderen.

ADHD is een biologische stoornis in de hersenen en heeft verschillende oorzaken: erfelijke aanleg en omgeving spelen in ieder geval een grote rol. Een kind met aanleg voor ADHD hoeft de stoornis niet te ontwikkelen. Een drukke omgeving kan de klachten negatief beïnvloeden, terwijl een rustige omgeving een positief effect kan hebben.

ADHD kan al op jonge leeftijd aanwezig zijn. Bij een deel van de kinderen verdwijnen de klachten na de puberteit. Velen blijven echter als volwassene kenmerken van ADHD houden. ADHD kan er op verschillende leeftijden anders uitzien, ook omdat mensen in de loop der jaren leren hoe ze ermee om kunnen gaan.

Kenmerken van ADHD

Aandachtsproblemen

Kinderen met ADHD zijn snel afgeleid, vergeetachtig en willen van alles tegelijkertijd

doen. Op school kunnen de kinderen zich moeilijk concentreren op hun werk. Aandachtsproblemen vallen vaak op omdat de kinderen slecht luisteren.

Hyperactiviteit

Kinderen met ADHD zijn, vooral op jonge leeftijd, voortdurend in beweging en onrustig. Stil zitten en rustig blijven kost ze veel moeite. Als de kinderen ouder worden, slaat de hyperactiviteit vaak om in innerlijke onrust.

Impulsiviteit en omgang met anderen

Kinderen met ADHD hebben moeite met controle over hun eigen gedrag (de 'remfunctie') en ze kunnen hun activiteiten niet goed organiseren. Ze weten niet goed hoe ze met andere kinderen moeten omgaan. Door hun impulsieve en drukke gedrag, stoten zij anderen onbedoeld af.

Motoriek en onhandigheid

Kinderen met ADHD hebben vaak een onhandige motoriek. Dat is bijvoorbeeld te zien bij rennen of huppelen. Ook 'fijnere' handelingen, zoals schrijven, gaan vaak moeizaam.

De gevolgen van ADHD

Door hun drukke en chaotische gedrag krijgen kinderen met ADHD vaak negatieve opmerkingen uit hun omgeving. Ze kunnen daarom moeilijk een positief beeld van zichzelf vormen en denken dat 'iedereen hen lastig of raar vindt'. Ze voelen zich daardoor soms snel aangevallen en raken snel gefrustreerd. Het negatieve zelfbeeld kan leiden tot dwars gedrag, maar ook tot somberheidsklachten.

Ouders krijgen uit hun omgeving vaak te horen dat ze hun zoon of dochter niet goed aanpakken. Zelf vermoeden ze ook dat er iets aan de hand is met hun kind. Vaak zijn ouders in eerste instantie opgelucht als een deskundige de diagnose ADHD stelt: het ligt dus niet aan hun opvoeding.

Het gedrag van kinderen met ADHD beïnvloedt het leven van de andere familieleden. Relatieproblemen komen binnen deze gezinnen meer dan gemiddeld voor. Ook kunnen broertjes en zusjes zich achtergesteld voelen omdat voor hun drukke broertje of zusje thuis andere regels gelden.

ADHD vaststellen

Het is soms moeilijk om al in een heel vroeg stadium de kenmerken van ADHD te ontdekken, omdat deze kenmerken in bepaalde fasen in het leven bij ieder kind voorkomen. Jonge kinderen hebben bijvoorbeeld allemaal moeite om hun aandacht langere tijd bij één onderwerp te houden. Dit is een heel normaal verschijnsel en het heeft normaal gesproken niets met ADHD te maken.

ADHD kan nog niet worden vastgesteld met een lichamelijk onderzoek of met het maken van een foto van de hersenen. Het wordt vastgesteld aan de hand van het gedrag van het kind.

Om gegevens voor de diagnose te verzamelen heeft de hulpverlener gesprekken met het kind en de ouders. Ook wint de hulpverlener informatie in bij de leerkracht en observeert hij of zij het gedrag van het kind.

Behandeling

Een belangrijk onderdeel van de behandeling kan medicatie zijn. Uit onderzoek blijkt dat medicijnen het beste helpen bij de behandeling van de ADHD-problematiek.

Verder is de hulp aan ouders en het kind heel belangrijk. Hiervoor zijn verschillende behandelingen ontwikkeld (ook in groepsverband).

Als uw kind individueel wordt behandeld, krijgt u doorgaans ook ouderbegeleiding, waarin u informatie en advies krijgt over de aanpak van de opvoeding en de behandeling van uw kind.

Per kind wordt gekeken welke behandeling het beste past. Vaak wordt ook een combinatie van behandelingen om u en uw kind te helpen zoveel mogelijk greep te krijgen op de problematiek.