

Figyelemhiány/Hiperaktivitás Zavar - ADHD



Szakmai lektor: Dr. Tóth Ágoston

A kiadvány elkészítését a Lilly Hungária Kft. támogatja.

Lilly Hungária Kft.

1075 Budapest, Madách u. 13-14. • Tel: 06-1-3285100 • Fax: 06-1-3285101 • www.lilly.hu
HULLY00185 • Lezárás dátuma: 2015. május 20.
OGYEI/14616-3/2015

TÁJÉKOZTATÓ FÜZET

ADHD-s gyermekek családjai részére

Lilly

KEZELÉSI TÁJÉKOZTATÓ FÜZET

Ezt a tájékoztató füzetet azért készítettük, hogy segítsünk a FIGYELEMHIÁNY/HIPERAKTIVITÁS Zavar kezelésének megismerésében és megértésében.

Ha bármi olyan kérdése lenne, amire nem talál választ ebben a füzetben, kérdezze meg gyermeke kezelőorvosát!

A TÁJÉKOZTATÓ TARTALMA:

1. Mi az ADHD?
Melyek az ADHD tünetei?
Mi okozza az ADHD-t?
2. Az ADHD előfordulása
3. Az ADHD kezelése

1. Mi az ADHD?

Gyermekének FIGYELEMHIÁNYY/HIPERAKTIVITÁS Zavara van, melyet rövidítve a betegség angol nyelvű elnevezése — Attention-Deficit / Hyperactivity Disorder — alapján ADHD-nak is nevezünk. Az ADHD egy krónikus zavar, mely hozzátartozik gyermekéhez, és okát az agyban kell keresni.

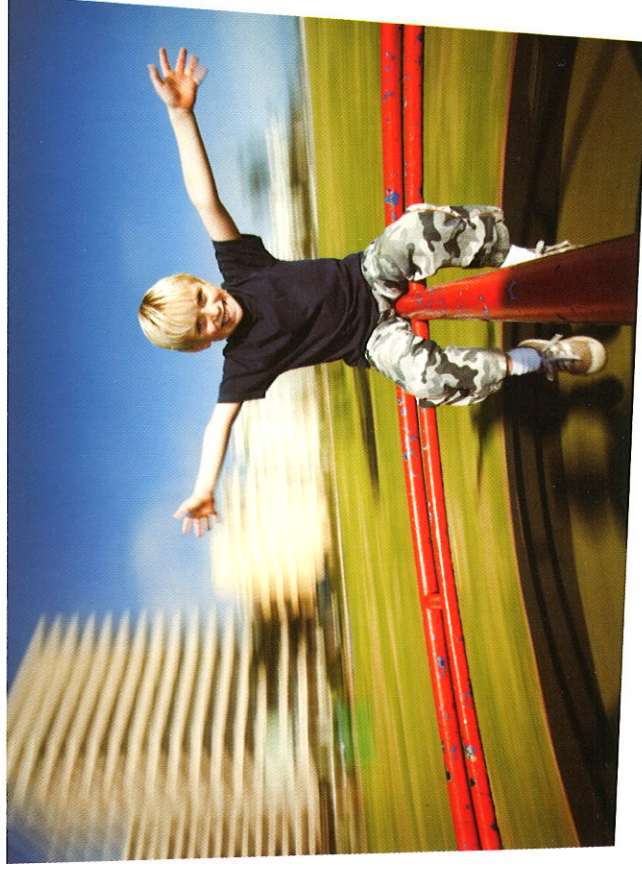
Melyek az ADHD tünetei?

1. Figyelemhiány

A gyermek

- nem figyel megfelelően a részletekre vagy gondatlan hibákat követ el az iskolai munkában vagy más tevékenységben
- nehézséget jelent a figyelem megtartása a feladatai vagy játéka közben
- úgy tűnik, nem figyel, amikor beszélnek hozzá
- nem követi az utasításokat vagy nem fejezi be az iskolai és egyéb munkákat
- nehézsége van a feladatok és a tevékenységek megszervezésében
- elkerüli, nem szereti az olyan feladatokat, vagy ellenáll azoknak, amelyek tartós értelmi erőfeszítést igényelnek
- elveszti a feladatokhoz vagy tevékenységhez szükséges dolgokat
- külső ingerek könnyen elvonják a figyelmét
- a napi tevékenységben feledékeny

- Az ADHD kezelésére rendelkezünk bizonyítottan hatékony terápiákkal.
- A komplex kezelés a gyermekkel kapcsolatban lévő együttműködésén alapul, alkalmazása és követése hosszú távon indokolt.
- A zavar fel nem ismerése és a kezelés elmaradása súlyos egyéni és társadalmi következményekkel járhat.



3. Az ADHD kezelése

Milyen hatékony kezelési lehetőségek állnak rendelkezésre?

- szülő/pedagógus tréning
- pszichoterápiák (viselkedésterápia, kognitív terápia, családterápia)
- gyógyszeres terápia

Fontos tudni – az orvosi, pszichológiai és pedagógiai/gyógypedagógia kutatások alapján –, hogy a betegség tüneteinek és a gyermek funkcióinak **javulása többféle terápia együttes alkalmazásától várható**. Tudjuk azt is, hogy a kezelési folyamat szereplői nemcsak az orvos és a páciens, hanem a szülő(k)/család és a pedagógus/iskola. Ehhez az együttműködő csapathoz gyakran kell, hogy csatlakozzon gyógypedagógus, pszichológus és akár a gyermekorvos, a védőnő és a szociális munkás is.

A terápia rendkívül fontos eleme a **pszichoedukáció**: a betegség jellemzőinek megismertetése a gyermekkel, szülőikkel. Legalább ilyen fontos a **konzultáció a pedagógussal**, az alkalmazott pszichoterápia (általában **viselkedésterápia**) egyeztetése és annak kiterjesztése az iskolai környezetben a pedagógus értő együttműködése révén.

Az ország egyre több területén érhetőek el azok a szülőknek és/vagy pedagógusoknak szóló tréningek/képzések, melyek az ADHD-val küszködő gyermekek neveléséhez nyújtanak megfelelő eszközöket/képzettséget.

Fontos tudnivaló az is, hogy a terápia hosszú távú, hatékonyságát különböző egy-egy esetben használható **kérdőívekkel** követheti az orvos, a szülő és a pedagógus is.

2. Hiperaktivitás

A gyermek

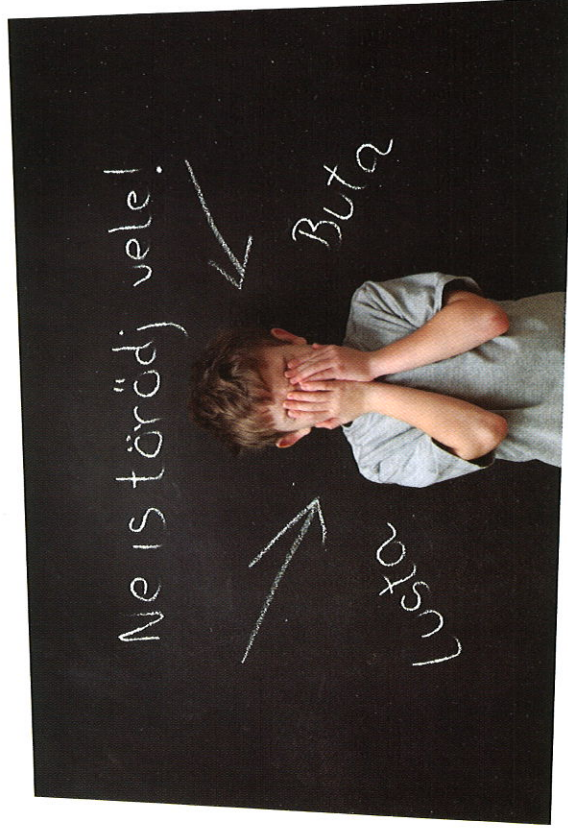
- ülés közben babrál, fészkelődik, nem tud nyugodtan ülni
- elhagyja helyét az osztályban vagy más helyzetekben, amikor elvárják tőle, hogy ülve maradjon
- rohangál, ugrál vagy mászik olyan helyzetekben, amikor az nem helyénvaló
- nehezen tud önállóan, nyugodtan játszani
- izgat-mozog, mintha mindig mozgásban lenne
- túlzottan sokat beszél
- mielőtt a kérdés befejeződött volna, kimondja a választ
- nehézséget okoz neki a várakozás
- félbeszakít másokat (pl. beszélgetést vagy játékot)

Mi okozza az ADHD-t?

Egyértelmű adatok bizonyítják, hogy az ADHD agyi/idegfejlődési és működési rendellenesség. A fejlődési eltérés az agy azon területeit érinti, amelyek a gondolkodási, figyelmi és memóriefunkciókat irányítják, továbbá azokat, amik a feladatok megszervezésében, elkezdésében és kivitelezésében játszanak szerepet. A zavar érintheti azokat a területeket is, melyek összehangolt működése elengedhetetlen a viselkedési és egyéb önszabályozási folyamatokban (pl. türelmetlenség, düh/frusztráció kezelése). Kialakulását bizonyítottan több tényező együttes hatása okozza. Röviden azt mondhatjuk, hogy a betegség erőteljes genetikai befolyás alatt áll, tehát veleszületett zavarról van szó, de a kialakulásában és fenntartásában a környezeti tényezők sem elhanyagolhatóak.

Fontos tudni,

- hogy a gyermek a tüneteket nem szándékosan produkálja, következményét sokszor nem ismeri fel.
- hogy a később felsorolt tünetek közül egy vagy akár egyszerre több is egészséges gyermekekben is előfordul. Betegségről akkor beszélhetünk, ha a tünetek a gyermek mindennapi tevékenységét, funkcióját, iskolai előmenetelét vagy megfelelő beilleszkedését befolyásolják és mind az iskolai, mind az otthoni környezet és azután egyre inkább a gyermek számára is problémát jelentenek.
- hogy a figyelemhiány fennállhat hiperaktivitás nélkül és fordítva: figyelemhiány nélkül is lehet egy gyermek hiperaktív/impulzív típusú ADHD-s.



ADHD tények

- veleszületett idegfejlődési és működési rendellenesség, melynek kialakulásában környezeti faktorok is szerepet játszanak
- fő jellemzői a figyelemhiány és a hiperaktivitás/impulzivitás, melyek a gyermek mindennapi funkcióját károsan befolyásolják
- gyakori gyermekpszichiátriai kórkép, kivizsgálása és kezelése gyermekpszichiáter feladata

Az ADHD előfordulása 2.

Milyen gyakori az ADHD gyermekkorban és mi lesz vele a felnőttkorban?

Az iskoláskorúak 3-5%-át érinti. Jellemzően gyakoribb a fiúknál. Továbbá jellemző, hogy lányoknál a figyelemhiányos típus az elterjedtebb. Ez a gyakoriság azt jelenti, hogy egy átlagos létszámú általános iskolai osztályban legalább 1 gyermek érintett.

Biztosnak látszik, hogy az ADHD – vagy annak néhány tünete – az esetek jelentős részében felnőtt korban is megmarad. Kezeletlen esetben negatívan befolyásolhatja a társadalmi beilleszkedést, munkavállalást, társas kapcsolatok alakulását és nagyobb a rizikó a további pszichés megbetegedések kialakulására.

