

Podstawowe informacje na temat ADHD

ADHD "Attention deficit hyperactivity disorder"

Etiologia ADHD nie jest do końca poznana. Prawdopodobnie istnieje kilka przyczyn. Uważa się, że jest to zaburzenie neurorozwojowe.

Istotną rolę odgrywa w nim czynnik genetyczny (badania ujawniły zaburzenie dwóch genów związanych z dopaminą; etiologia ADHD może być wielogenowa).

Mózg dziecka z ADHD pracuje inaczej: gorzej funkcjonują obszary mózgu odpowiedzialne za kontrolę ruchu, impulsywność, uwagę.

Zaburzona jest równowaga pomiędzy wytwarzaniem i funkcjonowaniem neuroprzekazników - dopaminy i noradrenaliny. Źle funkcjonuje układ hamowania aktywacji

Triada objawów ADHD wg. których diagnozuje się występowanie zaburzenia to:

- * kłopoty z kontrolą własnej impulsywności
- * nadmierna aktywność ruchowa
- * zaburzenia koncentracji uwagi.

Objawy te są nasilone w porównaniu z zachowaniem innych dzieci w tym samym oraz do rzeczywistego poziomu rozwoju.

Nadmierna impulsywność może przejawiać się w:

- braku zdolności do zahamowania reakcji
- pierwszeństwie działania nad refleksją i braku przewidywania konsekwencji działań - "najpierw działa potem myśli"
- znacznych trudnościach w dostosowaniu się do zasad panujących w szkole, w domu bądź wśród rówieśników
- kłopotach z zastosowaniem zasad w praktyce, zwykle przy ich dobrej znajomości i rzeczywistej chęci ich przestrzegania.

Dlatego konieczne jest:

- ciągle przypominanie o umowach i zakazach
- wielokrotne uczenie przestrzegania zasad

- dzień po dniu powtarzanie zasad, wielokrotnie w ciągu dnia.

Nadruchliwość oznacza:

- większą ruchliwość niż u rówieśników
- pojawia się ona szczególnie w sytuacjach, które wymagają długiego i spokojnego siedzenia
- zalicza się do niej także niepokój w obrębie miejsca siedzenia
- dotyczy też nadmiernej gadatliwości
- nie można jej powstrzymać można a jedynie sprawić, by objaw jak najmniej przeszkadzał wszystkim w życiu.

Zaburzenia uwagi polegają na:

- krótkim czasie skupienia się
- braku umiejętności skupienia się na jednej rzeczy
- łatwym rozpraszaniu się pod wpływem zewnętrznych bodźców
- brak umiejętności długotrwałej pracy nad jednym zadaniem
- gubieniem i zapominaniem rzeczy
- śnieniem na jawie

- brakiem wybiórczości bodźców
- skupianiu uwagi na najsilniejszym bodźcu.

Warto pamiętać, że w przypadku dużych zaburzeń koncentracji uwagi bodźcem rozpraszającym mogą być nawet własne myśli.

Liczba objawów i ich nasilenie nie są identyczne w każdym otoczeniu i w każdej sytuacji (nasilają się np przy wysiłku umysłowym).

Inne typowe objawy i zachowania dzieci z ADHD to:

- silniejsze reakcje emocjonalne niż u rówieśników
- szybkie przechodzenie -bez "stanów przejściowych" - od świetnego nastroju do złości czy gniewu lub na odwrót (także po wydarzeniach, które dla większości dzieci są mało zauważalne)
- niedojrzałość emocjonalna i społeczna (z powodu odmiennego sposobu dojrzewania ośrodkowego układu nerwowego; część nadpobudliwych dzieci zachowuje się tak, jak by była młodsza niż w rzeczywistości, w kontaktach z innymi dziećmi, w czasie nauki szkolnej
- wieczne dyskusje ("dlaczego ja?"); dziecko z ADHD potrafi godzinami dyskutować na temat sensowności wykonania jakiegoś zadania
- słabe rozumienie pojęcia czasu a przez to częste problemy z zaplanowaniem sobie czasu, radzeniem sobie z obowiązkami czy zdążaniem na określoną godzinę.

W zależności od objawów jakie dominują u konkretnego dziecka wyróżnia się następujące PODTYPY ADHD:

- 1) postać ADHD z przewagą zaburzeń uwagi (typ dominująco nieuważny)
- 2) postać ADHD z przewagą zaburzeń hiperkinetycznych i impulsywnością (typ dominująco nadpobudliwy-impulsywny)
- 3) postać ADHD mieszana (typ kombinowany).

Małgorzata Korycińska

O diagnozie ADHD można przeczytać w artykule "DIAGNOZA ADHD". Zapraszam