

## Was ist ADHS?

ADHS steht für Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung und ist eine neurobiologische Entwicklungsstörung, die sich in der Regel bereits in der Kindheit manifestiert. In einigen Fällen aber erst im Erwachsenenalter erkannt wird. Betroffene können aufgrund vielschichtiger Symptome, Probleme in verschiedenen Lebensbereichen erfahren (Schule, Beruf und im sozialen Umfeld). Somit entstehen häufig Begleiterkrankungen in Form von starken Selbstwertproblematiken, Depressionen, Suchtverhalten oder Ängsten. Die genaue Ursache von ADHS ist nicht vollständig geklärt, aber eine Kombination genetischer, neurobiologischer und Umweltfaktoren wird angenommen.

## Welche Symptome äußern sich bei ADHS und welche Subtypen unterscheidet man?

ADHS äußert sich durch drei Kernsymptome, die in verschiedenen Ausprägungen auftreten können:

- **Aufmerksamkeitsprobleme:** Schwierigkeiten, die Aufmerksamkeit über einen längeren Zeitraum aufrechtzuerhalten, leichte Ablenkbarkeit, häufige Fehler bei Aufgaben, die Sorgfalt erfordern.
- **Impulsivität:** Handlungen ohne angemessene Überlegung durchführen, Schwierigkeiten, impulsive Reaktionen zu kontrollieren, Probleme bei der Einhaltung von Regeln und sozialen Normen.
- **Hyperaktivität:** Übermäßige körperliche Unruhe, Schwierigkeiten, ruhig zu sitzen oder zu verweilen, übermäßiges Reden.

Da die Symptome sehr variieren können und nicht bei jedem Betroffenen gleichermaßen auftreten, unterscheidet man zwischen verschiedenen Subtypen.

Es gibt drei Hauptsubtypen von ADHS:

- **ADHS, überwiegend hyperaktiv-impulsiv:** Hauptsächlich gekennzeichnet durch Hyperaktivität und Impulsivität ohne signifikante Aufmerksamkeitsprobleme.
- **ADHS, überwiegend unaufmerksam (auch ADS genannt):** Hauptsächlich gekennzeichnet durch Aufmerksamkeitsprobleme ohne ausgeprägte Hyperaktivität und Impulsivität.
- **ADHS, kombiniert:** Eine Kombination von Aufmerksamkeitsproblemen, Hyperaktivität und Impulsivität.

## Diagnostik von ADHS:

Für die Diagnostik werden Dauer, Häufigkeit u. Schwere der Symptome berücksichtigt. Eine sorgfältige und umfassende Diagnose legt den Grundstein für eine individuell angepasste Behandlung.

Die Diagnostik umfasst in unserer Praxis ca. 3-5 Sitzungen und beinhaltet folgende Punkte:

1. **Anamnese und Befragung:** Es werden ausführliche Gespräche mit dem/r Betroffenen geführt und gegebenenfalls auch andere Bezugspersonen mit eingebunden, um Informationen über das Verhalten in verschiedenen Umgebungen zu sammeln.
2. **Beurteilung des Verhaltens:** Es werden standardisierte Verhaltensbeobachtungen und -Bewertungsbögen eingesetzt, um die Ausprägung der Symptome zu erfassen und zu bewerten.
3. **Ausschluss anderer Ursachen:** Es ist wichtig, andere mögliche Ursachen für ähnliche Symptome auszuschließen, um eine genaue Diagnose zu gewährleisten. Dazu müssen körperliche Ursachen und andere psychische Erkrankungen berücksichtigt werden.
4. **Kriterien der Diagnosehandbücher:** Die Diagnose erfolgt in Übereinstimmung mit den Kriterien der ICD-10 (Internationale statistische Klassifikation der Krankheiten und verwandter Gesundheitsprobleme).