

PSYKOEDUKSJON: ADHD HOS SPESIALISTHELSETJENESTEN FOR VOKSNE

Kort oppsummering av foredraget:

- Psykoedukasjon som intervensjon ved behandling av voksne med ADHD gir innsikt i tidligere vanskeligheter, reduksjon av skyldfølelse og bedre generell fungering. Hensikten er å få mer kunnskap om de ulike konsekvensene symptomene kan ha og den enkelte hjelp til å utvikle mer hensiktsmessige mestringsstrategier som er tilpasset ADHD og spesifikke problemområder. Psykoedukasjon har vist seg å være effektiv som tilleggsbehandling som gir mulighet til å finne mer ADHD tilpassede måter å mestre typiske problemer på, forskningen tyder på at det er effektivt.

Innhold:

- Kort om diagnosen ADHD og hvordan den arter seg for voksne.
- Utfordringer som voksne med ADHD lever med
- Store forskjeller i behandling av ADHD hos spesialisthelsetjenesten for voksne. Kompetansen i primærhelsetjenesten varierer stort, og noen sliter med å få en henvisning i første omgang. Noen kan få avslag fra spesialisthelsetjenesten - og når endelig behandling finnes det i varierende grad oppfølging. Voksne med ADHD som får en diagnose kan føle seg alene og står uten nettverk. Det finnes varierende grad av psykoedukasjon. Helsedirektoratets retningslinjer anbefaler psykoedukasjon for voksne med ADHD <https://helsedirektoratet.no/retningslinjer/adhd>



HAR DU SETT ÈN MED ADHD, HAR DU KUN SETT ÈN!

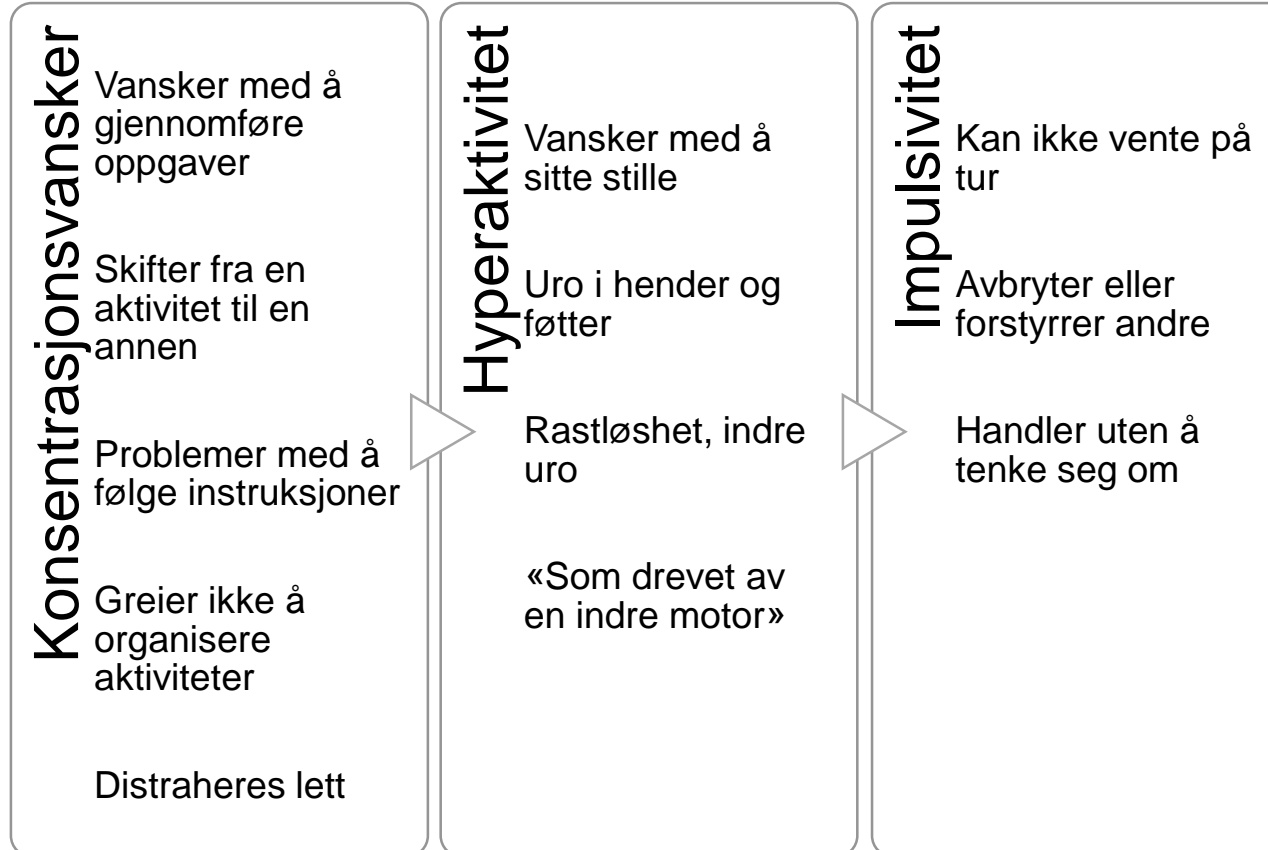
\ ADHD deles inn i tre undergrupper:

- ADHD – Hovedsakelig hyperaktiv og impulsiv type
- ADHD – Hovedsakelig uoppmerksom type
- ADHD – Kombinert type



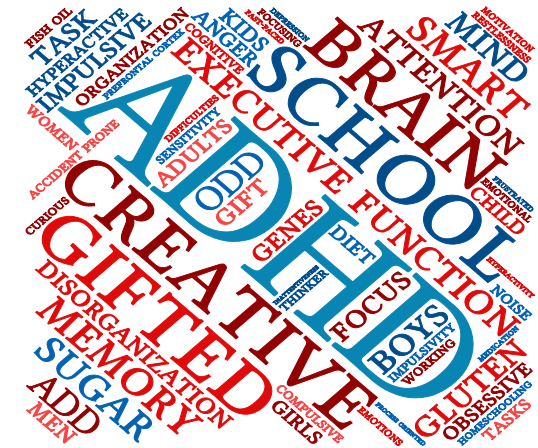
HAR DU SETT ÈN MED ADHD, HAR DU KUN SETT ÈN!

- SYMPTOMER:



Colourbox.com

ADHD LÆRING VS RE-LÆRING



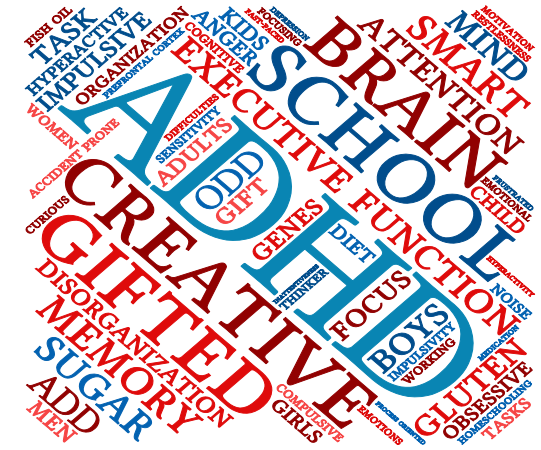
Colourbox.com

- Barn med ADHD har ikke vansker med å lære. Problemet oppstår når det er behov for å re-lære (dvs. avlære noe for å lære noe på en annen måte)
- Hovedutfordringen er å slutte med en allerede etablert atferd når denne ikke lenger er hensiktsmessig eller funksjonell

Terje Sagvolden (1945-2011)

FOREKOMST AV TILLEGGSVANSKER

- Atferdsforstyrrelser (over 50%)
- Angst (25%)
- Depresjon (50%)
- Bipolar lidelse (ca. 20%)
- Søvnforstyrrelser (ca. 50%)
- Motoriske vansker (ca. 50%)
- Tourettes syndrom (2%)
- Generelle lærevansker (ca. 20%)
- Språkvansker (25%)
- Matematikkvansker (26%)
- Perseptuelle vansker



Colourbox.com

Brown 2009, Wilens 2002, Lavigne 1996, Pozner 2007, Kadesjö og Gillberg 2001)