

## ADHD

ADHD is de afkorting voor Attention Deficit Hyperactivity Disorder. In Nederland noemen we het aandachtstekortstoornis met hyperactiviteit. De laatste jaren is er steeds meer aandacht gekomen voor ADHD bij volwassen mannen en vrouwen. Veel mensen kennen wel iemand die het moeilijk vindt om de aandacht bij een taak of gesprek te houden, heel impulsief is of bijzonder druk gedrag vertoont.

Vaak wordt gedacht dat ADHD overgaat als je volwassen bent, maar dat is maar voor een deel waar. Een derde van de mensen met ADHD-klachten in de jeugd heeft als volwassene geen klachten meer. Tweederde houdt in meer of mindere mate last van klachten.

Er bestaat ADHD met alleen aandachtstekort (ook wel ADD genoemd) en ADHD met een combinatie van aandachtstekort en hyperactiviteit. De combinatie komt het meeste voor.

De klachten beginnen in de kindertijd en zorgen voor problemen thuis en op school. Als er echt sprake is van ADHD zijn de klachten altijd aanwezig, niet alleen in een bepaalde periode. Als er sprake is van stress verergeren de klachten.

De ADHD-klachten uiten zich verschillend bij jongens/mannen en meisjes/vrouwen. Meisjes blijken vaker alleen aandachtsproblemen te hebben en als zij last hebben van hyperactiviteit, dan uit zich dat veel vaker in bijvoorbeeld druk kletsen in plaats van in agressief of stoeigedrag, zoals bij jongens vaker voorkomt.

### **ADHD komt zelden alleen**

Er zijn verschillende psychische problemen die vaak samengaan met ADHD-klachten, zoals angst, paniek, depressie en andere stemmingsstoornissen, maar ook autisme, verslaving en persoonlijkheidsproblematiek, tics, gedragsstoornissen en leerstoornissen. Dat maakt het vaststellen van ADHD soms lastig, bijvoorbeeld als de andere klachten duidelijker aanwezig zijn dan de ADHD-klachten of als de ADHD-klachten ook onderdeel kunnen zijn van andere problematiek. Dat verslaving vaker voorkomt bij mensen met ADHD is te verklaren doordat mensen met ADHD impulsiever zijn en daardoor eerder experimenteren met drugs of alcohol. Zo zie je ook vaker dat mensen met ADHD last hebben van stemmingschommelingen.