

## Oorzaken van ADHD

### Erfelijkheid

Erfelijke factoren spelen een belangrijke rol bij ADHD. Als een broer of zus van een eeneiige tweeling ADHD heeft, is de kans 50% tot 80% dat de ander het ook heeft. Bij twee-eiige tweelingen is dat 0% tot 30%. Vroeger werd veel gedacht dat ADHD veroorzaakt werd door zuurstofgebrek bij de bevalling, maar dat speelt maar bij 2% van de mensen met ADHD.

### Omgeving

Ook omgevingsfactoren spelen een grote rol. Een overzichtelijke leefsituatie helpt veel mensen met ADHD in hun dagelijks functioneren. Problemen worden vaak duidelijker wanneer er in de omgeving veranderingen zijn en er nieuwe eisen gesteld worden. Bijvoorbeeld wanneer een kind naar (een nieuwe) school gaat of de volwassene in een complexe sociale situatie terechtkomt (andere baan, gezinsuitbreiding of relatieproblemen). Vaak reageren mensen met ADHD van jongs af aan sterk op hun omgeving en hebben de neiging op alle prikkels te reageren. Dit lokt weer reacties uit van hun omgeving.