

## ADS und ADHS bei Kindern und Jugendlichen

Keine anderen Kindererkrankungen haben in den letzten Jahren für so viel Aufmerksamkeit gesorgt wie das „Zappelphilipp-“ und das „Hans-Guck-in-die-Luft-Syndrom“. Bei den „Modediagnosen ADS / ADHS“, ist von neuen, modernen „Zivilisationskrankheiten“ die Rede. Mitten im Streit der Meinungen stehen die Eltern, die betroffenen Kinder, die Jugendlichen und Erwachsenen – hilflos, verunsichert und von ihren Problem- bzw. Powerkindern und ihren eigenen Phänomenen überfordert. Es hilft zu erfahren, was dagegen getan werden kann und was nicht.

### Definition ADS / ADHS

Die **Aufmerksamkeitsstörung** bzw. **ADS** ist durch erhebliche Beeinträchtigungen der Konzentration und Daueraufmerksamkeit gekennzeichnet. Die **Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörung**, kurz **ADHS** ist durch ein durchgehendes Muster von Unaufmerksamkeit, Überaktivität und Impulsivität gekennzeichnet.

Sie treten in einem für den Entwicklungsstand des Betroffenen abnormen Ausmass situationsergreifend auf. Per Definition beginnt die Störung bereits vor dem Alter von 6 Jahren und tritt mindestens in zwei Lebensbereichen / Situationen (z.B. Schule, Familie, Untersuchungssituation) über mehr als sechs Monate auf.

### Psychische und körperliche Folgen

Die Folgen der Störung treten hauptsächlich im psychischen, weniger im körperlichen Bereich auf. Schulschwierigkeiten wie eingeschränkte Daueraufmerksamkeit und Merkfähigkeit, Lerndefizite trotz guter Intelligenz, Teilleistungsstörungen, problematische Selbstorganisation und Handlungsplanung, mittel- und langfristig verbunden mit Schulunlust, Ängsten bis hin zu Mobbing können u.a. dabei auftreten.

Damit verbunden sind erschwertes Einfügen und Anpassen in soziale Strukturen, altersunangemessenes Verhalten, Ausgrenzung, Rückzug und Isolation.

### Gründe des ADS / ADHS

Bei ADS- / ADHS-Kindern herrscht in den Hirnbereichen, welche für Problemlösungen, Planung und Impulskontrolle verantwortlich sind, ein Ungleichgewicht der Botenstoffe Dopamin / Noradrenalin. Diese sind für die Verarbeitung von Umwelteinflüssen wichtig, da sie als Neurotransmitter die Informationen von der einen zur anderen Nervenzelle vermitteln. Sind zu wenig der Botenstoffe vorhanden oder werden diese zu schnell abgebaut, werden die Informationen nicht richtig weitergeleitet.

### Symptome des ADS / ADHS

Leitsymptome sind:

- Unaufmerksamkeit (Aufmerksamkeitsstörung, Ablenkbarkeit)
- Überaktivität (Hyperaktivität, motorische Unruhe)
- Impulsivität
- Beim ADS tritt dabei an die Stelle der Überaktivität eine träumerische Abwesenheit der Betroffenen.

### Behandlung

Der multimodale Behandlungsansatz bei Schulkindern und Jugendlichen beinhaltet primär die Aufklärung und Beratung der Eltern und des Kindes / des Jugendlichen. Mögliche Hilfen können je nach individueller Symptomatik aus

- erzieherischen und pädagogischen Massnahmen
- kognitiver Verhaltenstherapie
- aber gegebenenfalls auch Pharmakotherapie bestehen.

Insbesondere für Eltern von Kindern mit ausgeprägter Symptomatik können Selbsthilfegruppen wichtig sein.

### Gut zu wissen

- ADS / ADHS ist keine Modediagnose, sondern eine ernst zu nehmende Störung, welche 3 bis 5 Prozent aller Kinder und Jugendlichen betrifft.
- Die Ursachen sind neurobiologisch.
- Es wird zwischen hyperaktiv-impulsiver Typ (vorwiegend Jungen) und unaufmerksamer Typ (mehr Mädchen) unterschieden.
- Nicht jedes „anstrengende“ Kind hat ADS / ADHS. Deswegen ist eine genaue Abklärung und Diagnostik beim Facharzt zu empfehlen.
- Wichtig ist, Begleiterkrankungen auszuschliessen.
- ADS / ADHS ist weder ein Erziehungsproblem, noch eine Bösartigkeit, ein schlechter Charakter oder Dummheit.
- Klare Regeln sind besser als häufiges Schimpfen.
- ADHS-Kinder brauchen häufig positive Verstärkung.
- Viele Eltern eines ADHS-Kindess leiden unter Schuld und Stressgefühlen.

### Der Spezialist:

Wolfgang Stöss, Facharzt Kinder- und Jugendpsychiatrie und -psychotherapie FMH, Psychosoziale und Psychosomatische Medizin SAPPAM, Systemische Ausbildung

### Weiterführende Infos:

- Selbsthilfegruppen für Angehörige: [www.kose.llv.li](http://www.kose.llv.li)
- Schweizerische Fachstelle für ADHS: [www.sgf-adhs.ch](http://www.sgf-adhs.ch)
- Schweizerischer Elternverein (Reg. Ostschweiz / FL) für POS / ADHS-Betroffene, [www.elpos-ostschweiz.ch](http://www.elpos-ostschweiz.ch)
- Interessengruppe Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom bei Erwachsenen [www.igads.ch](http://www.igads.ch)
- Allgemeine Informationen rund um ADHS [www.adhs.de](http://www.adhs.de)