

# Men først en pille -

Indfaldsvinklerne til ADHD-diagnosen spænder vidt, også blandt psykologer. Måske bør psykologerne først gå på banen, efter at vejen er lagt over receptblokken?



■ Både psykiatere og psykologer har – også her i Psykolog Nyt – udtrykt bekymring over den tiltagende brug af diagnosen ADHD, en primært arvelig, opmærksomheds- og koncentrationsforstyrrelse lokaliseret i højre hjernehalvdel. I modsætning til de mange videnskabelige og spændende artikler om ADHD vil jeg basere det følgende på min egen personlige udvikling som psykolog og mine praksiserfaringer.

Det sociale, psykologiske og medicinske område var i min studietid i 1980'erne stærkt præget af holdningen om, at det enten var samfundets eller forældrenes skyld, hvis et barn og senere voksen udviklede adfærdsmæssige, psykologiske eller psykiatriske vanskeligheder. Der blev læst Jung, Laing, Freud, Lucien Seve, Reich osv., hvorimod undervisningen i neurologi på psykologistudiet strakte sig over vist nok et halvt år og afsluttedes med en multiple choice-eksamen – er a, b eller c det rigtige svar? En eksamen, alle studerende var enige om blot at få overstået.

Tæt på afslutningen af mit studium i 1988 var man ganske vist begyndt at mumle noget om fumler-tumler-børn blandt pædagoger. I USA havde man også begrebet FLK, *funny looking kids!* Det var dog ikke noget, der blev taget specielt alvorligt blandt unge studerende. Tværtimod troede vi stadig fuldt og fast på forældrenes ansvar og påvirkning.

Mange af os begyndte også at flirte lidt med forskellige former for kropsterapi. Traumerne lå jo i kroppen, hvilket jeg i øvrigt stadig til en vis grad kan være enig i. Det er blot ikke alle kropslige udtryk, som skyldes traumer. Jeg havde selv fornøjelsen af at få at vide, at jeg var blevet grænseoverskredet måske allerede som spæd, siden jeg var hypermobil. Jeg kunne jo af gode grunde ikke huske noget, men det var vel så rigtigt. Måske var det samme sket med min mor, når hun nu også var hypermobil. Først da jeg så mine egne nyfødte tvillinger allerede første dag viste tydelige tegn på hypermobilitet, gik det op for mig, at jeg vist var hoppet på en skrøne og skulle begynde at interessere mig lidt for genetikken.

Så småt begynder man nu omkring 1990 at diskutere minimal-brain-damage, som man mente at se hos nogle børn. Men det var først i midten af 1990'erne, takket være blandt andet Bispebjerg og Risskov Hospital samt ADHD-foreningen, at det blev slået fast med syvtommersøm, at der var en lidelse, som hed ADHD. En diagnose, man havde kendt til i USA i adskillige årtier.

### Medicinering som første skridt

ADHD er i dag en veldefineret diagnose, som ikke har den overaktive dreng i for snævre rammer som fokus. ADHD kan komme til udtryk på mange måder, fx problemer med motorik, talspændvidde, hovedregning, planlægning, forudseen-

hed, hyppige jobskift, ufuldendte uddannelser, vanskeligheder ved at være en stabil forældrefigur og vanskeligheder med empati i større eller mindre grad og ikke mindst impulsivitet.

Har barnet forældre med ADHD, er risikoen for forværing af symptomerne stor. Alligevel antages det, at kun 10-15 % af barnets ADHD-adfærd kan tilskrives forældrenes uhenigtsmæssige tackling af barnet. ADHD er arveligt i op mod 90 % af tilfældene, hvilket blandt andet også bekræftes af tvillingundersøgelser. Problemer i forbindelse med for tidlig fødsel kan angiveligt også føre til opmærksomhedsforstyrrelser. Men det er altså reglen frem for undtagelsen, at ADHD er arveligt.

Endvidere er det blevet slået fast på de mange konferencer og kurser, jeg har deltaget i, at medicinering er alfa og omega og første skridt i at håndtere barn såvel som voksen med ADHD. Herefter kan der tages fat i diverse mestringsstrategier, som kan få dagliglivet til at fungere.

Der er ofte også brug for psykologisk behandling. En del af de klienter, jeg har haft kontakt med, er blevet slået ofte og voldsomt som børn, fordi de som ADHD-børn skal overindlære og har uhyre svært ved at styre impulsiviteten, hvilket blev betragtet som uartighed eller ondsindethed. Typisk har en eller begge forældrene også ADHD, hvorfor barnet ud over sit eget kaos er opvokset med totalt kaotiske voksne, som på ingen måde har magtet at lægge de meget faste strukturer, et barn med ADHD har behov for.

### 'Moderne' og 'mærkeligt' –

Jeg er enig i det synspunkt, som både har været nævnt i Psykolog Nyt og blandt andre behandlere, at medicin i sig selv ikke nok. Der vil altid være brug for almindelig information gående til egentlige støtteforanstaltninger og meget gerne et supergodt samarbejde mellem skole og hjem samt øvrige involverede. Omvendt ser jeg slet ikke billedet af familier, der blot tigger medicin. Tværtimod er en del forældre, i hvert fald ud fra min erfaring, meget lidt glade for overhovedet at anerkende, at deres barn har en livsvarig lidelse og finder det om muligt endnu mere forfærdeligt, at deres barn antagelig skal medicinere resten af livet.

Gang på gang hører jeg forældre berette, at når de prøver at fortælle socialforvaltningen eller deres praktiserende læge, at de tror, deres barn eller de selv har ADHD, så får stukket i næsen, hvor *moderne* det er blevet med ADHD, og hvor *mærkeligt* det er med de mange tilfælde.

Men er det nu så mærkeligt? Har der ikke altid været utilpassede unge? Mennesker med ADHD keder sig nemt og søger udfordringer og har svært ved det lange, seje træk. Har der ikke altid været såkaldte landsbytosser? Nogle med ADHD

>

> kan virke aparte. Har der ikke altid været alkoholikere eller stofmisbrugere, som måske drikker eller doper sig for at dæmpe ADHD symptomer? Har der ikke altid været kriminelle, som måske har ADHD og derfor tænder ekstraordinært på spænding og udfordringer for ikke at tale om, at de måske endelig føler sig som værdifulde mennesker i et kriminelt fællesskab i modsætning til ensomheden i skolen? Det antages, at en betragtelig del af de indsatte i fængslerne har ADHD. Militæret tager ifølge mine oplysninger også deres del af mennesker, som har ADHD

### Diagnose efter få timer

Tidligere tiders mere autoritære mønstre har måske til en vis grad skjult, hvor mange skæbner der dagligt slås med indre uro, rastløshed og ikke mindst et massivt mindreværd over ikke at kunne fungere, som der bliver forventet. Der har uden tvivl altid været mennesker med ADHD, før man havde en korrekt, medicinsk betegnelse. Mange af disse udiagnosticerede tilfælde har antagelig også, som et resultat af deres ubehandlede ADHD, fået andre diagnoser i stedet – angst, depression, borderline, bipolar depression, sociopat osv.

Jeg skal ikke kunne sige, om nogle er lidt for lemfældige og hurtige med diagnosticering – det er bare ikke *min* erfaring. Jeg finder det helt grotesk, at der skal skrives hundredvis af sider om det arme barn og ikke mindst ungens forældre i årevis, frem for at man screener for ADHD, hvis man har blot den mindste mistanke – altså en relativt kort undersøgelse for herefter at ordinere det præparat, der er så fantastisk for mennesker, som har ADHD, men ikke for andre. Man kan inden for ganske få timer afgøre, om diagnosen er rigtig, fordi medicinen virker stort set øjeblikkeligt. Virker medicinen ikke, så er der formodentlig ikke tale om ADHD, og så er det intet, absolut intet problem i at stoppe med medicineringen.

Ritalin og lignede præparater, som bruges til behandling af ADHD, er mindre farlige end Aspirin. Der er børn såvel som voksne, der ikke trives med Ritalin (ca. 20 %), hvor man i dis-

se tilfælde må forsøge sig med andre præparater. Selv om disse klienter ikke trives med Ritalin på grund af bivirkninger, observeres stadig den gavnlige effekt med hensyn til koncentration og impulsivitet. Ritalin er ikke vanedannende eller virkelighedsforandrende. I princippet kan et menneske være på samme dosis i 30 år, hvorfor der ikke bliver tale om et eskalerende misbrug, som ved brug af amfetamin, som mange med ADHD selvmedicinerer sig med, fordi det virker! Jeg havde en klient, som tog amfetamin, når hun skulle gøre hovedrent – ikke når hun skulle ud og bumle og mærke suset.

Jeg har i adskillige år vidst, at visse pædagoger stjal Ritalin og Ritalin-lignende produkter fra de børn, som medicinen var udskrevet til. I dag ser det ud til, at dette misbrug har bredt sig, hvor nogen sågar junker sig med det. I de fleste tilfælde skal der mere til en rus end den dosering, der er udskrevet til en klient med ADHD. Det er selvfølgelig trist, men er ikke meget anderledes end i forholdet med morfin, kodein, benzodiazepiner osv. Præparaterne er dobbelt receptpligtige, og hvis man er en opmærksom læge/psykiater, burde et overforbrug hos en klient hurtigt blive opdaget. Der vil altid være brodne kar i alle lejre, men det betyder jo ikke, at vi nægter stærkt smerteplagede klienter morfin, fordi det kan misbruges af andre.

### Mere roligt og koncentreret barn

Screeningen bør naturligvis foretages af en psykolog eller psykiater, hvorefter psykiateren kan vurdere, om der skal medicineres. Herefter kan den alment praktiserende læge overtage medicineringen. Som situationen er nu, venter børnene halve og hele år på at få hjælp. Jeg har mange eksempler på mødre, der har kæmpet for at få hjælp fra barnets første skoledag og først får hjælp, når barnet har nået teenagealderen og nu har unødigt mange år på sjælen og måske er godt på vej ud på et skråplan med stoffer, alkohol og typisk også en kriminel omgangskreds.

Undersøgelsesfasen for børn med tydelige symptomer på



koncentrations- og opmærksomhedsproblemer kunne blive betragteligt kortere, hvis man valgte at overveje den nemmeste behandlingsstrategi først, screening og eventuel medicinering, for først herefter mere grundigt at se på, hvordan familien i øvrigt fungerer. Ikke overraskende fungerer familien ofte pludseligt en hel del bedre, når barnet er kommet medicinsk behandling. Det typiske resultat af medicinering er et mere roligt og koncentreret barn, som bliver mere harmonisk, får nemmere ved sociale kontakter, klarer sig bedre i skolen og bliver mere vedholdende.

Børn med ADHD, som ikke får medicinsk hjælp, begynder ofte at selv medicinere sig selv og begynder i en tidlig alder at eksperimentere med alkohol og stoffer. Nogle kommer aldrig videre.

Jeg har ikke børn i terapi, men bliver ofte kontaktet af separate forældre, der løber fra Herodes til Pilatus for at få hjælp til deres barn, som lider. Der er tale om velovervejede, dybt bekymrede forældre og ikke forældre, som bare vil lukke munden på deres unge med en pille. Jeg kan blive så harm, når jeg også fra helt unge voksne blandt mine klienter hører om, hvordan de er blevet sat i skammekrog, kommet i hjælpeklasse, blevet dumpet, sendt til autoritære kostskoler, flyttet fra den ene plejefamilie efter den anden osv., fordi ingen har overvejet, at de kunne have en medfødt udviklingsforstyrrelse.

Et utal af mine klienter, unge som ældre, er brudt grædende sammen eller er blevet dybt lettede, når jeg kunne fortælle dem, at jeg mente, de havde ADHD. Den overvældende følelse af at være dum og umulig kan de nu lægge fra sig og med fornyet energi kæmpe for at få det bedre både med sig selv, familie og venner. Når en psykiater efterfølgende har medicineret dem, hører jeg nærmest om mirakler, selv om en lang række symptomer trods alt ikke forbedres af medicinering.

En af mine kvindelige klienter tog medicinen uden at fortælle mand og børn om det. De opdagede inden for en time, at deres mor pludselig virkede rolig og talte i et normalt leje.



” Jeg har i adskillige år vidst, at visse pædagoger stjal Ritalin fra de børn, som medicinen var udskrevet til ”

En anden kvinde beskrev, hvordan hun efter en halv time – så hurtigt virker medicinen faktisk – begyndte at græde, fordi hun aldrig i hele sit liv har mærket en sådan fredfyldthed i kroppen. Adskillige af mine klienter med ADHD opdager også pludseligt efter medicinering, at de er holdt op med at drikke eller drikker betydelig mindre. Rigtig mange af mine klienter kommer også i gang med at rydde op, smide ud, sortere, gøre rent, læse lektier med børnene, fastholde rutiner osv. og får også mere energi til at vedligeholde de sociale kontakter.

Jeg vil pointere, at der er mange former for ADHD, og det er langt fra alle, der ønsker eller har behov for medicinering. Mange kreative chefer kan eksempelvis have ADHD, hvor det blot er alfa og omega, at der er ansatte til at lave alt det kedelige arbejde. I det hele taget er kreativitet en af de mange ”dyder”, man ofte møder hos mennesker med ADHD. Charme og livlighed er også typiske karakteristika.

Mit ærinde er under ingen omstændigheder, at vi alle skal være ens. Men vi skylder de mennesker, der er født med ADHD, hurtigst mulig hjælp frem for at udsætte dem for nederlag efter nederlag.

### Lad os så se, hvad der er tilbage –

Selv er jeg begyndt i min praksis at få tidligere indsatte fra udslusningssteder. Det går over min fatteevne, at ingen mange år tidligere har undret sig over at sidde over for en ung mand, som er totalt ude af stand til at sidde stille og skal kæmpe for at koncentrere sig. Hvor meget ville kriminaliteten mon egentlig dykke, hvis man rutinemæssigt screenede for ADHD og iværksatte medicinsk behandling?

I det daglige arbejder jeg med alvorlige problemstillinger som incest og vold, hvor der kan være tale om langvarige behandlinger grundet massive, psykiske skader. Klienter med ADHD bidrager sjældent med smør til brødet i en privatkonsultation, da der i en del tilfælde kun er brug for en enkelt eller to konsultationer. Mit ærinde er derfor ikke at ”opfinde” et nyt problemområde, men at gøre behandlere af enhver art samt andre i kontakt med ADHD-børn, som måske tænker deres (uopdraget, skrækkeligt barn), at genetikken er en væsentlig faktor.

Jeg kan sagtens være enig i, at mange børn i vores samfund er ensomme og udvikler destruktive måder at få kontakt på – typisk har de dog ikke alle de symptomer, der skal til for at give diagnosen ADHD. Men det må efter min opfattelse ses som en gave, at man med medicin kan lindre et utal af børns og voksnes vanskeligheder. På alle kurser og konferencer med udenlandske foredragsholdere har holdningen blandt dem konsekvent været: Medicin først, og lad os så se, hvad der overhovedet er tilbage at behandle på!

Hanne Pedersen, cand.psych.