

## AD(H)S – Aufmerksamkeitsdefizit- (u. Hyperaktivitäts)-Syndrom

Liebe Eltern!

Wenn Ihr Kind unaufmerksam und leicht ablenkbar ist, plötzlich unüberlegt handelt, und damit sich oder andere auch schon einmal leichtfertig gefährdet und überhaupt in einem Ausmaß unruhig, ruhelos und redselig ist, das seinem Alter unangemessen ist, so leidet es möglicherweise am AD(H)S = AufmerksamkeitsDefizit- (u. Hyperaktivitäts-) Syndrom), früher auch als hyperkinetisches Syndrom bezeichnet.

*„Wie erkenne ich, ob mein Kind ein AD(H)S hat?“*

Die Beurteilung, ob ein Kind in erhöhtem Ausmaß unruhig und unaufmerksam ist, hängt auch von der Toleranz der Umgebung ab. Was vom Lehrer schon als unangemessen „hyperaktiv“ bezeichnet wird, kann für die Eltern in der häuslichen Umgebung noch als völlig „normal“ gelten, und umgekehrt. So ist es für Kinder sehr wichtig, sich ihrem jeweiligen Alter entsprechend austoben zu können. Sie erproben und verbessern hierdurch ihre körperlichen Fähigkeiten, aber sie reagieren auch bereits innere Spannungen über körperliche Anstrengungen ab. Werden Kinder hierin eingeschränkt oder behindert, etwa durch Stillsitzen-Müssen in der Schule, durch stundenlanges, „freiwilliges“ Stillsitzen vor dem Fernseher oder Computer, durch enge Wohnverhältnisse, durch übermäßige Ermahnungen der Eltern etc., so kann sich das Bedürfnis nach Bewegung und körperlicher Aktivität auch in Situationen äußern, in denen sie für andere unangemessen oder sogar störend sind. Sollten die beschriebenen Verhaltensauffälligkeiten aber tatsächlich extrem ausgeprägt sein, oder wenn Ihr Kind in erhöhtem Maße Konzentrations- und Aufmerksamkeitsprobleme hat, ohne dabei durch große Zappeligkeit aufzufallen, so sollten Sie für Kind die Hilfe von Fachleuten (Kinder- und Jugendärzte, Kinder- und Jugendpsychiater, (Schul-)Psychologen, Therapeuten) in Anspruch nehmen. Dies gilt besonders dann, wenn es infolge der Verhaltensauffälligkeiten bereits zu Schwierigkeiten in der Schule, Leistungsproblemen oder Schwierigkeiten mit Mitschülern gekommen ist. Je ausgeprägter die Verhaltensauffälligkeiten sind, desto größer ist das Risiko, daß ein Kind in der Schulklasse von seinen Mitschülern gemieden wird, insbesondere dann, wenn Unruhe und Unaufmerksamkeit mit aggressiven Äußerungen oder Handlungen einhergehen und deswegen in besonderem Maße als störend erlebt werden. Diese soziale Isolierung führt dann häufig zu einer Verstärkung der Symptome.

Das AD(H)S kommt bei 3-5% aller Schulkinder vor, überwiegend sind Jungen betroffen. Nicht immer muss die Aufmerksamkeitsstörung mit Hyperaktivität einhergehen, sondern häufig sind es auch nach außen eher ruhige Charaktere, die Schwierigkeiten haben, verschiedene Außenreize zu filtern und sachgerecht zu verarbeiten, ihre Aufmerksamkeit zielgerichtet zu bündeln. Neuere Forschungsergebnisse belegen, dass dem ADS biologische Ursachen zugrunde liegen. Dafür spricht das gehäufte Auftreten von ADS innerhalb einer Familie (Vererbung) und der Nachweis eines gestörten Hirnstoffwechsels mit modernen Untersuchungsverfahren.

*„Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es?“*

Hyperaktive Störungen und Störungen der Aufmerksamkeit sind nicht leicht zu behandeln oder gar zu beheben. Eine ausführliche Beratung der Eltern und oftmals längere psychotherapeutische Behandlungen der betroffenen Kinder sind notwendig. Leider gibt es viel zu wenig geeignete Therapieangebote für Kinder mit ADS. Einen hohen Stellenwert hat auch die Behandlung mit sogenannten Stimulanzien. Diese medikamentöse Behandlung kann erzieherische und verhaltenstherapeutische Mittel zwar nicht ersetzen, jedoch sinnvoll ergänzen. Seit den 70er Jahren ist die Stimulanzientherapie in Deutschland etabliert; die weltweit am häufigsten eingesetzte Substanz Methylphenidat ist u. a. unter dem Namen Ritalin® bei uns bekannt. Es handelt sich dabei um ein sogenanntes Amphetamin, eine Substanz die eigentlich anregend und aufputschend wirkt und daher auch auf der „Dopingliste“ steht. Bei Menschen mit AD(H)S-Problemen wirkt sich die Anregung des Hirnstoffwechsels dahingehend aus, dass die Reizfilterung und Verarbeitung im Gehirn aktiviert wird, die Aufmerksamkeit somit deutlich gesteigert wird und bei ansonsten hyperaktiven Personen die motorische Unruhe gedämpft wird. Eine Suchtgefährdung – wie von vielen behauptet – konnte wissenschaftlich bislang nicht belegt werden. Dennoch bedarf der Einsatz von Stimulanzien, die unter das Betäubungsmittelgesetz fallen und damit nur auf speziellen Rezepten verordnet werden dürfen, der kritischen Abwägung und der engen Zusammenarbeit zwischen verordnendem Arzt, Eltern, Lehrern und Therapeuten.

Wenn Sie vermuten, Ihr Kind könne ein ADS (mit oder ohne Hyperaktivität) haben, sprechen Sie mit uns! Gemeinsam werden wir die notwendigen Untersuchungen und Gespräche planen und ggf. eine Behandlung einleiten bzw. weitere Fachleute hinzuziehen. Lassen sie sich nicht vorschnell durch andere Eltern oder Lehrer für oder gegen die Diagnose „AD(H)S“ festlegen bzw. für oder gegen eine adäquate Behandlung beeinflussen.