

ADHD & Køn

Mathilde Ulvsgård-Hansted

Overlæge

B&U Psykiatrien

Region Sjælland

ADHD

- ADHD er en kompleks hjerneudviklingstilstand
- Uopmærksomhed – Hyperaktivitet – Impulsivitet
- Sværhedsgrad og komorbiditet

De tørre tal

- Forekomst ca. 5 % for børn og ca. 3 % for voksne – muligvis lidt flere
- Dreng vs. Pige 3:1 (muligvis væsentlig mindre forskel)
- Mænd vs. Kvinder 1:1 (lidt flere kvinder end mænd)
- 74 % arvelighed
- Omkring halvdelen fortsætter ind i voksenalderen med at opfylde kriterierne
- Anerkendt som gyldig diagnose i 1990'erne

Attention Deficit Hyperactivity Disorder

Underskud eller Dysregulering? Sygdom eller Tilstand?

De tre typer:

- Impulsive og Hyperaktiv type
- Afledig og Uopmærksom type
- Blandet type

ADHD – ADD?

H'et gemmer sig altid et eller andet sted...

- Indre uro/rastløshed...
- Hyperaktive/Popcorn tanker...
- Den lille uro: Tripper med foden eller snurre hår...
- Det 1. gear...

ADHD - 1. og 6. gear...

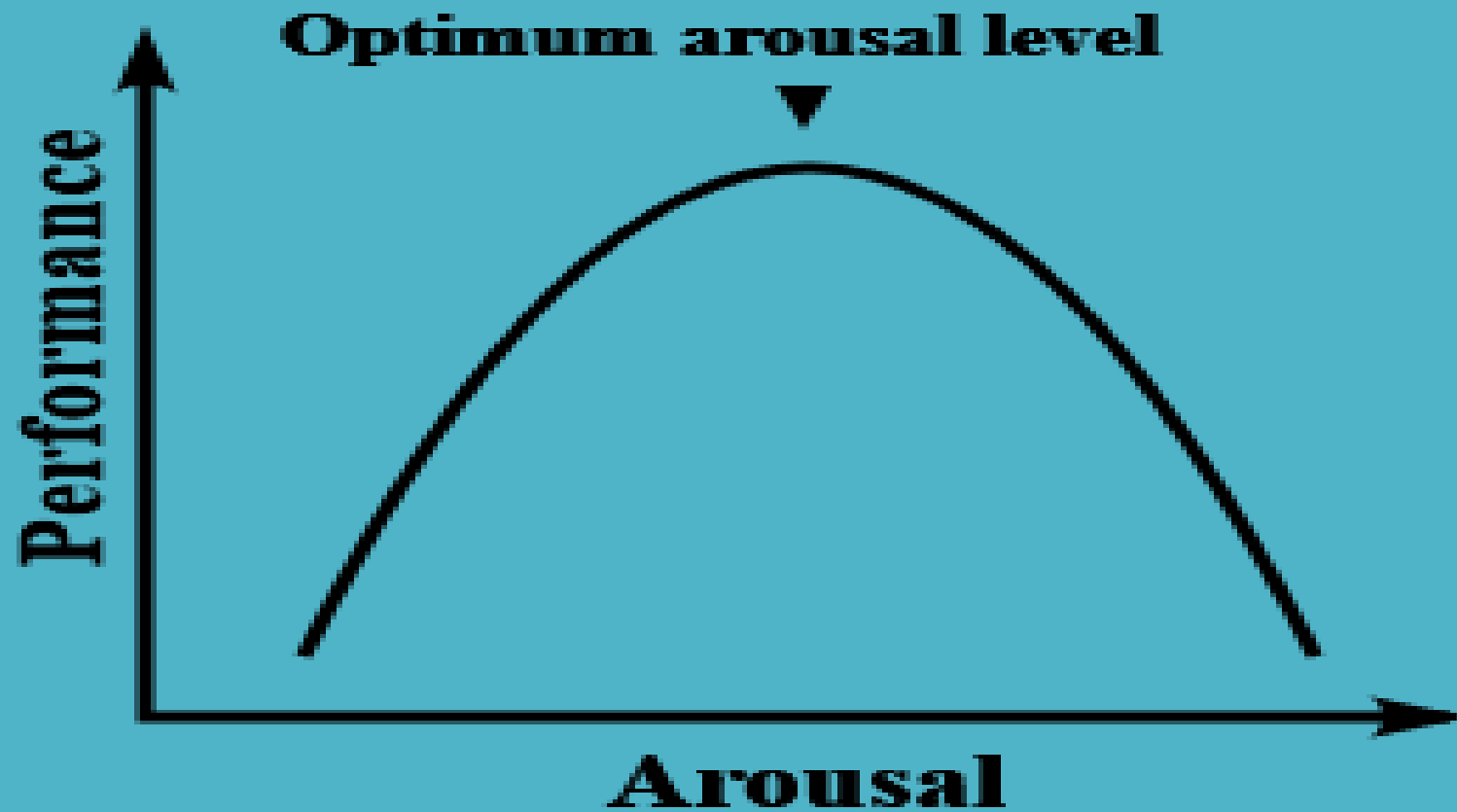
Dysregulering af Dopamin- og Noradrenalinssystemet i hjernen:

Dopamin:

- Motivation
- Respons-hæmning
- Humør
- Regulering af følelser,
- Følelsesmæssig intensitet

Noradrenalin:

- Arousal/Vågenhed,
- Årvågenhed/vagtsomhed,
- Fokus
- Humør
- Indlæring
- Fight or flight
- Angst og aggression



Yerkes-Dodsons Law

ADHD - funktioner og netværk

De Eksekutive funktioner – Hjernens Dirigent:

- Planlægge og organisere
- Styre vores opmærksomhed, impulser og handlinger
- Løse problemer
- Tilpasse os nye situationer

Default Mode Network – DMN: Hjernens Screen Saver

- Introspektiv tankestrøm uden fokus på omverdenen
- Når du sidder stille og ikke tænker på noget...
- Dagdrømmer, mindes, ruminere

Forestil dig en hjerne uden en dirigent og hvor den introspektive tankestrøm aldrig skruer ned for volumen....

Risikoe

- Komorbiditet: Depression, angst, OCD, spiseforstyrrelse etc.
- Kriminalitet
- Stofmisbrug
- Ulykker og tidlig død
- Overvægt
- Rygning
- Ikke færdiggøre uddannelse
- Svært ved at holde på et arbejde
- Skilsmisse/brudte parforhold

ADHD og kønsforskelle

Samme vanskeligheder har vidt forskellige udtryk:

- Internalisere eller eksternalisere symptomer
- Forskelle i risiko

Hyperaktive drenge bliver Afledige mænd

Afledige piger bliver Hypersociale kvinder

ADHD og Mænd

- Symptomer:
 - *Impulsivitet og Hyperaktivitet*
- Eksternaliserer:
 - *Skolevanskeligheder, oppositionel adfærdsforstyrrelser, misbrug og kriminalitet*
- Øget forventninger til maskuline færdigheder:
 - *Tage styring, modig, risikovillig og handlekraftig...*

En Rigtig Mand?

ADHD og Kvinder

- Symptomer:
 - *Afledighed, Hypersocial, Raskløshed, Flyvske tanker, Emotionel reaktiveret.*
- Internaliserer:
 - *Angst/OCD, depression og spiseforstyrrelse*
- Øget forventninger til feminine færdigheder:
 - *Omsorgsfuld, socialisere, holde styr og orden på både make up'en, ungerne og emotionerne...*

En Dårlig Kvinde?

ADHD og kønsforskelle

Henvisningstidspunkt:

- Drengene er 8 år
- Pigerne er 13 år

Hjernemodning:

- Pigerne er ca. 2 år foran drengene

OBS Østrogen påvirker ADHD kernesymptomer:

- Puberteten
- Menstruationscyklus
- Menopause

Behandling – Stolen med de 4 ben

En eksistentiel proces...

1: Sikring af søvn

2: Stabilt blodsukker og regelmæssig motion

3: Vaner og prioriteringer:

Struktur, rutiner og strategier

Slut fred med den kedelige velsignede hverdag

4: Medicin

(5: Kun for Kvinder: Få styr på hormonerne?)