

## Welche Behandlungsmöglichkeiten gibt es für Ihr Kind?

Den aktuellen Leitlinien entsprechend sollten Kinder mit ADHS psychotherapeutische Unterstützung erhalten. Auch Ergotherapie und Soziales Kompetenztraining sind wichtige Therapiebausteine. Eine medikamentöse Behandlung kann in schwierigen Fällen therapiebegleitend in Erwägung gezogen werden. Das sollte allerdings immer eine Entscheidung im Einzelfall sein und unter Abwägung möglicher Nebenwirkungen (wie z.B. Appetitlosigkeit, Übelkeit, Wachstumsstörungen) sorgfältig gemeinsam mit den Eltern, dem Kind, dem Psychotherapeuten/der Psychotherapeutin sowie dem/der Kinder- und Jugendpsychiater/in besprochen werden. Es gibt aktuell zwei gängige Wirkstoffe für die Behandlung von ADHS: Methylphenidat und Atomoxetin. Der Verlauf einer medikamentösen Behandlung sollte engmaschig von dem behandelnden Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten und einem Facharzt/einer Fachärztin begleitet werden.

## Wie verläuft die psychotherapeutische Behandlung?

Zunächst werden die Symptome Ihres Kindes genau betrachtet. Es wird analysiert, in welchen Alltagssituationen die Schwierigkeiten auftreten und besonders beeinträchtigend sind und was mögliche Auslöser sind. Gemeinsam mit Ihrem Kind werden Methoden erarbeitet, die ihm helfen, mit seinen Problemen umzugehen und sich besser zu konzentrieren. Zusätzlich lernt Ihr Kind und lernen Sie selbst, mit Alltagssituationen anders umzugehen. Zur Behandlung gehört auch die Aufklärung von anderen Familienmitgliedern, Erziehern im Kindergarten und Lehrern und das Aufzeigen von Möglichkeiten, besser mit der ADHS zu leben.

## Wie finde ich zugelassene Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten?

Fragen Sie Ihren Kinderarzt/Ihre Kinderärztin nach Adressen von kooperierenden Kinder- und Jugendlichenpsychotherapeuten und Psychologischen Psychotherapeuten, die auch Kinder und Jugendliche behandeln. Sie haben außerdem die Möglichkeit, in der Datenbank unseres Berufsverbandes gezielt nach Psychotherapeuten in Ihrer Nähe zu suchen: [www.psychotherapeutenliste.de](http://www.psychotherapeutenliste.de)

[www.dptv.de](http://www.dptv.de)



**Wenn ihr Kind ständig unter Strom steht...**



Bundesgeschäftsstelle  
Am Karlsbad 15  
10785 Berlin  
Telefon 030 235009-0  
Fax 030 235009-44  
[bgst@dptv.de](mailto:bgst@dptv.de)  
[www.dptv.de](http://www.dptv.de)

Patienteninformation | ADHS



## ADHS – Was ist das?

Zappeln, Hampeln und Toben gehört zur normalen kindlichen Entwicklung. Was aber, wenn Ihr Kind damit nicht mehr aufhören kann und die Zeit zwischen Unruhe und Entspannung nicht mehr selber steuern kann? Leidet Ihr Kind unter diesem Zustand? Beobachten Sie deutliche Konzentrationsschwierigkeiten und Vergesslichkeit? Fällt Ihr Kind Anderen häufig ins Wort, als ob es sich nicht kontrollieren könnte? Handelt Ihr Kind impulsiver als andere Kinder, die Sie kennen?

Wenn Sie Ihr Kind in mehreren dieser Aussagen wiederfinden, könnte dies ein Hinweis darauf sein, dass es eine Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) hat. Kinder mit dieser Störung sind unaufmerksam, unkonzentriert und können ihre Impulse nur schwer kontrollieren. Diese Symptome treten meist unterschiedlich stark auf. Konzentrationsschwierigkeiten oder Impulsivität können im Vordergrund stehen. Die Symptome treten zudem in unterschiedlichen Lebenswelten (Schule, Familie etc.) des Kindes auf. Häufig haben Kinder

mit ADHS weitere Begleitsymptome, wie z.B. Lern- und Schulleistungsstörungen, emotionale Probleme wie Angst, Unsicherheit und ausgeprägte Traurigkeit oder aggressive, aufsässige Verhaltensweisen. Die Kinder leiden in der Regel sehr unter ihren Problemen. Oft leiden alle Familienangehörigen unter der dadurch angespannten familiären Atmosphäre. Durch ihre unruhige und impulsive Art sind die betroffenen Kinder manchmal nicht sonderlich beliebt bei anderen Kindern und haben dann nur wenige Freunde.

## Wie kommt es dazu?

Es gibt verschiedene Ursachen oder „Faktoren“, die zur Entstehung dieser Störung beitragen. ADHS hat eine ausgeprägte biologische Komponente. Die Kinder leiden unter verschiedenen Problemen, wie z.B. Impulskontrollschwierigkeiten und veränderter Informationsverarbeitung. So können Kinder mit einer ADHS Eindrücke nicht ausreichend filtern und werden daher schnell von der Informationsflut überwältigt. Wenn dann stressreiche Lebensumstände, wie z.B. schulischer Leistungsdruck oder familiäre Probleme hinzukommen, kann dies die Ausprägung der Störung begünstigen oder sich negativ auf den Verlauf auswirken. Kinder mit ADHS sind dadurch in der Schule oft überfordert. Das führt dann zu schlechteren Schulleistungen und zu einer Zuspitzung von Problemen in mehreren Lebensbereichen. Die Kinder bekommen so nicht die nötigen Erfolgserlebnisse, was wiederum an ihrem Selbstwert nagt. Es entsteht ein Teufelskreis.

## Können auch Erwachsene ADHS haben?

Man glaubte lange, dass ADHS eine Störung ist, die ausschließlich in der Kindheit auftritt. Heute weiß man, dass etwa 30% der Kinder mit ADHS auch im Erwachsenenalter noch unter der Symptomatik leiden. Häufig haben sie selbst Kinder, die an einer ADHS leiden. Die Symptome verändern sich jedoch mit zunehmendem Lebensalter: Die körperliche Hyperaktivität nimmt ab, und die Konzentrations- und Organisationsprobleme treten stärker in den Vordergrund. Trotzdem fühlen sich Erwachsene mit ADHS häufig ruhelos und können sich schlecht entspannen. Im Erwachsenenalter kann eine unbehandelte ADHS zu psychischen, beruflichen und sozialen Problemen führen. Häufige psychische Begleitstörungen sind z.B. Depressionen, Angststörungen sowie Alkohol- oder Drogenmissbrauch.

## Wie wird ADHS diagnostiziert?

Eine verlässliche Diagnostik der ADHS benötigt Zeit und muss die Symptome präzise erfassen. Neben einer ausführlichen Anamnese werden Fragebögen von Eltern, Lehrern und anderen Personen ausgefüllt, die das Verhalten des Kindes regelmäßig beobachten. Auch das Kind selbst wird zu seinem Verhalten befragt. Es erfolgt eine ärztliche Untersuchung, um sicher zu stellen, dass dem Verhalten keine körperliche Erkrankung zugrunde liegt. Weiter werden meist Aufmerksamkeits-, Entwicklungs- und Intelligenztests durchgeführt. Wenn möglich, wird das Verhalten des Kindes von ausgebildetem Fachpersonal in verschiedenen Alltagssituationen (z.B. zu Hause und in der Schule) beobachtet. Abschließend werden die Untersuchungen ausgewertet und mit den Eltern besprochen. Wenn eine ADHS-Diagnose nur anhand eines kurzen Gesprächs gestellt wird, ist es ratsam, die Diagnostik zu komplettieren und sich um eine ausführlichere und leitliniengerechte Diagnostik zu bemühen.

Auch wenn ADHS oft als „Modediagnose“ bezeichnet wird, ist anzumerken, dass es bereits zu Beginn des 20. Jahrhunderts Aufzeichnungen von Ärzten gab, die Kinder mit ADHS-Symptomen beschrieben. Allerdings hat nicht jedes Kind, das etwas unruhiger ist als andere Kinder, zwangsläufig eine ADHS. Für Unruhe und Unkonzentriertheit gibt es viele andere Gründe, beispielsweise Belastungen durch familiäre Probleme oder Über- bzw. Unterforderung in der Schule. Heute weiß man, dass nur etwa 3–5% aller Kinder die Diagnosekriterien einer ADHS erfüllen, daher ist eine sorgfältige und umfassende Diagnostik von besonderer Wichtigkeit.

## Welche Anlaufstellen gibt es?

Es gibt verschiedene Anlaufstellen für die Diagnostik und Therapie einer ADHS. Ansprechpartner hierfür sind Psychotherapeuten, die sich auf die Behandlung von Kindern und Jugendlichen spezialisiert haben. Diese können Eltern im Umgang mit ihrem Kind nach dem neuesten Stand der Forschung fundiert beraten und behandeln.

Darüber hinaus gibt es auch Beratungsstellen, die Elternberatung und Psychoedukation anbieten, Versorgungsnetzwerke, Selbsthilfverbände, Kinder- und Jugendpsychiater sowie stationäre und teilstationäre Behandlungsangebote, die sich auf die Diagnose und Behandlung von ADHS spezialisiert haben.