

Uta Reimann-Höhn

AD(H)S

So stärken Sie Ihr Kind



Was Eltern
wissen müssen
und wie
sie helfen
können

HERDER

Schwere der Symptome nun eine verhaltenstherapeutische und /oder medikamentöse Behandlung benötigen, hängt sehr von der Lebensumwelt des jeweiligen Kindes ab.

Komorbiditäten – AD(H)S kommt oft nicht alleine daher

In schätzungsweise zwei Drittel aller Fälle wird die Störung von anderen Auffälligkeiten begleitet. Ängste, Depressionen und Lernstörungen wie Legasthenie oder Dyskalkulie werden immer wieder in Verbindung mit AD(H)S festgestellt. Häufig vertreten sind:

- aggressives, oppositionelles Verhalten, was als Vorläufer der Sozialverhaltensstörung gilt;
- affektive Störungen, die als Stimmungsschwankungen oder Depressionen auftreten können;
- Angststörungen, häufig als Angst vor der Schule oder vor sozialen Kontakten;
- motorische Defizite, die sich durch häufige Verletzungen und Unfälle zeigen;
- Sprach- oder Sprechstörungen mit einer Häufigkeit von bis zu 50 %;
- Dissoziales Verhalten bei rund 33–45 % der Kinder mit AD(H)S;
- Lernprobleme, häufig auch durch Teilleistungsstörungen;
- Drogen- oder Alkoholmissbrauch bei Jugendlichen und Erwachsenen;

Vor der Diagnose AD(H)S steht die Differenzialdiagnostik

Im Rahmen einer sorgfältigen Differenzialdiagnostik überprüfen die Fachärzte, ob sich die Symptomatik des Kindes durch eine andere Störung oder Erkrankung erklären lässt. Eine Reihe von Fragen werden während der Untersuchung geklärt.

- Nimmt das Kind regelmäßig Medikamente ein, durch die die Symptome ausgelöst werden könnten? Besonders Medikamente gegen Allergien oder gegen Epilepsie können als Nebenwirkungen Unaufmerksamkeit, Hyperaktivität oder auch Impulsivität verursachen.
- Hat das Kind besondere Probleme in der Schule? Ist es möglicherweise über- oder unterfordert und deshalb verhaltensauffällig? Wenn Kinder in der Schule keine Erfolgserlebnisse haben und ständig an ihre Leistungsgrenzen kommen, können sie mit Unaufmerksamkeit, Hyperaktivität oder Impulsivität reagieren. Auch wenn ein Kind unterfordert ist und sich ständig langweilt, sind solche Verhaltensauffälligkeiten nicht selten. Um schulische Probleme als Ursache auszuschließen ist eine ausführliche Intelligenzdiagnostik erforderlich. Sind darüber hinaus die Schreib-, Lese- oder Rechenfähigkeiten stark beeinträchtigt, sollten entsprechende Tests zum Ausschluss einer Teilleistungsstörung durchgeführt werden.
- Liegen beim Kind andere körperliche Erkrankungen oder psychische Störungen vor, die die Symptome erklären könnten? AD(H)S ähnliche Symptome werden beispielsweise bei Depressionen, Angststörungen oder aggressiven Verhaltensstörungen entwickelt. Auch innerfamiliäre Probleme oder anderen Belastungen können dazu führen, dass Kinder verhaltensauffällig werden.

Kinder mit AD(H)S haben besondere Potenziale

Das Leben mit von AD(H)S betroffenen Kindern ist nicht langweilig, und auch nicht einfach. Oft geht bei den anstrengenden Herausforderungen verloren, dass es sich bei den Kindern um sehr intelligente und kreative Menschen handelt. Sie können mit großer Energie neue Ideen rasch in Ergebnisse umsetzen und sind Neuem gegenüber oft sehr offen.

Sich an den Ressourcen zu orientieren, anstatt an den Defiziten, hebt die Lebensqualität für Eltern und Kinder. Zu ihren positiven Eigenschaften gehören:

- Die Filterschwäche und Reizoffenheit führt dazu, dass sie eine Vielzahl von Informationen gleichzeitig aufnehmen können. Dem AD(H)S-Kind entgeht so leicht nichts, es nimmt die Umweltreize in großem Ausmaß wahr.
- Kinder mit AD(H)S sind neugierig und wissbegierig. Sie bekommen nie genug von neuen Ideen, Projekten und Menschen.
- »Um die Ecke denken« und dabei zu neuen, kreativen Lösungen zu kommen, ist für sie nichts Ungewöhnliches. Da sie sich schnell langweilen, gehen ihre Gedanken leicht andere Wege und prüfen unübliche Ideen.
- Die Impulsivität ist ein Zeichen ihrer Begeisterungsfähigkeit. Sie können blitzschnell und mit großer Empathie reagieren und sind dadurch beim Helfen oft unter den ersten.
- Die Sprunghaftigkeit ihrer Gedanken eröffnet ihnen ein großes kreatives Potenzial. Ein AD(H)S-Kind sieht immer wieder neue Aspekte und kann durch seine künstlerische Sicht der Dinge begeistern.
- Die innere Unruhe und der Erlebnishunger lässt es unermüdlich an einer Aufgabenstellung arbeiten, wenn es sein muss und interessant ist, auch die ganze Nacht hindurch.
- Seine hohe Sensibilität und sein ausgeprägter Gerechtigkeitssinn ermöglichen die Wahrnehmung von Ungerechtigkeiten.
- Die Probleme im sozialen Kontakt mit anderen Menschen, beispielsweise durch impulsive Äußerungen, stärken ihre Liebe zur Natur und zu den Tieren.
- Ihr inneres Chaos und die fehlende Daueraufmerksamkeit stehen für eine interessierte Offenheit an allem, was um sie herum passiert.
- Die Kontaktfreude lässt Kinder mit AD(H)S nicht an sozialen Missverständnissen verzweifeln, sondern ermöglicht ihnen immer wieder neue Anläufe.

In Kindern mit AD(H)S schlummert ein großes Potenzial. Anstatt die Kinder in ihrem Bewegungsdrang einzuschränken und sie den Gesetzen und Regeln des Schulalltags strikt zu unterwerfen, wären sie mit Freiräumen besser bedient. Dann könnte ihre innere Getriebeneinheit und ihre Zerstreuung leichter zu Kreativität und Ideenreichtum führen. Kinder mit AD(H)S können großartige Persönlichkeiten werden und viel bewegen, wenn ihr Potenzial erkannt wird.

So finden Eltern den passenden Facharzt

Um einen erfahrenen Arzt oder eine Ärztin zu finden, müssen Eltern sich selber auf die Suche machen. Viele Adressen findet man im Internet. Hier sind besonders Selbsthilfegruppen als Ansprechpartner zu empfehlen, die aufgrund eigener Betroffenheit oft hilfreiche Informationen geben können. Leider kommt es noch vor, dass Kinder nach

kurzer Untersuchung durch den Kinderarzt die Diagnose AD(H)S erhalten und zur Abhilfe lediglich ein Medikament verschrieben bekommen. Mit der Dosierung werden Eltern dann manchmal ganz alleine gelassen. Und mit der weiteren Entwicklung ihres Kindes ebenfalls. Dieses Vorgehen, das vor 20 Jahren noch verbreitet war, ist allerdings seltener geworden.

Grundsätzlich dürfen Eltern ruhig mehrere Ärzte ausprobieren, bis sie jemanden finden, der ihnen und ihrem Kind zusagt. Die Behandlung von AD(H)S dauert lange und der Arzt oder die Ärztin werden das Kind über einen langen Zeitraum begleiten. Für eine gute Zusammenarbeit und optimale Ergebnisse ist es auch wichtig, dass die Familie und der Arzt einander vertrauen.

Miles, 9 Jahre, verschiedene Ärzte ausprobiert

»Bei meinem 9jährigen Sohn Miles wurde ADS ohne Hyperaktivität von unserem Kinderarzt festgestellt. Neben seiner Aufmerksamkeitsschwäche hat er ebenfalls noch eine Rechenschwäche, die seit 6 Monaten bei einer lerntherapeutischen Einrichtung behandelt wird. Miles macht dort nur langsam Fortschritte, weil seine Unaufmerksamkeit die Lerntherapie negativ beeinflusst. Der Kinderarzt riet uns zu dem Medikament Ritalin und verschrieb Miles eine bestimmte Dosis. Das Medikament hat mein Sohn nun drei Wochen genommen, aber nichts hat sich verändert. Unser Kinderarzt weiß jetzt auch nicht weiter und empfahl uns, das Ritalin wieder abzusetzen. Geholfen ist uns damit nicht. Ich habe den Eindruck, dass dieser Arzt nicht viel Erfahrung mit ADS hat, und so werden wir noch einen weiteren Facharzt aufsuchen müssen, der sich besser damit auskennt, um eine Hilfe für meinen Sohn zu bekommen.«

Dieser Mutter ist trotz Diagnose nicht geholfen worden. Die schnelle Gabe von Ritalin macht skeptisch, denn fast immer brauchen Kind und Eltern eine begleitende Therapie, um ihre Schwierigkeiten in den Griff zu bekommen und den Alltag effektiver zu gestalten. Außerdem muss die Gabe des Medikamentes überwacht und unter anderem dem Körpergewicht angepasst werden. Drei Wochen sind ein zu kurzer Zeitraum, um über die Wirkung der Therapie erschöpfend Auskunft geben zu können.

Es ist sinnvoll, sich an einen mit AD(H)S erfahrenen Kinderarzt oder gleich an einen Facharzt in einem sozial pädiatrischen Zentrum, an eine Erziehungsberatungsstelle oder an eine Kinderklinik zu wenden, da unter Umständen noch weitere Untersuchungen veranlasst werden müssen, um ein genaues Bild zu erhalten.

Neben spezialisierten Fachärzten, die Eltern über Empfehlungen anderer Betroffener finden, sind sie in Einrichtungen gut aufgehoben, in denen mehrere Fachleute aus verschiedenen Fachrichtungen eng zusammen arbeiten.

Eine intensive, klinische Diagnostik sollte mehrere Stunden Zeit in Anspruch nehmen und verschiedene Aspekte berücksichtigen⁴:

- *die kinderpsychiatrische oder -psychologische Diagnose*
- *die Untersuchung von gegebenenfalls vorliegenden umschriebenen Entwicklungsstörungen (Wahrnehmungsdifferenzierungsstörungen)*
- *ein fundierter Intelligenztest*
- *Untersuchung von körperlichen Begleiterscheinungen*
- *die psychosoziale Belastung (zum Beispiel auch komorbide emotionale Störungen)*
- *der Schweregrad der sozialen Funktionseinschränkungen*

Die Symptome für AD(H)S müssen laut Kriterienkatalog bereits vor dem siebten Lebensjahr bestanden haben, in ihrer Gesamtheit mindestens 6 Monate gedauert haben und offensichtlich von der normalen Entwicklung abweichen. Problematisch ist, dass die sogenannten »Träumer« damit aber erst später oder unter Umständen auch gar nicht erfasst werden.

Ursachenforschung – wie entsteht AD(H)S?

Es wird vermutet, dass 5–12 % der Weltbevölkerung von AD(H)S betroffen sind. Fachleute diskutieren darüber, ob AD(H)S primär genetisch bedingt ist (also ererbt ist) oder ob Erziehung und Umweltfaktoren die entscheidende Rolle spielen.

Die Diskussion lässt darauf schließen, dass es sich um ein multikausales Störungsbild handelt, bei dem genetische, neuro-biologische und psychosoziale Faktoren zusammenwirken. Je nach Fachrichtung und Expertenmeinung werden diese Faktoren sehr unterschiedlich gewichtet.

Die Fachleute sprechen also einerseits bei den Ursachen von der Biochemie und der Neurophysiologie, sie sehen aber auch die zwischenmenschlichen Interaktionen und die Neuropsychologie als mögliche Verursacher. Auch Einflüsse während der Schwangerschaft und Geburt tragen möglicherweise zur Ausprägung der AD(H)S Symptome bei. Gesichert ist, dass Rauchen und Alkoholkonsum während der Schwangerschaft das Risiko erhöht.⁵