

# ADHD – KADA JE SVAKODNEVNI ŽIVOT HAOS

Nije ništa neobično kod djece da im je teško da sjede mirno, da se koncentriraju i kontroliraju svoju impulzivnost. Ali za djecu sa dijagnozom ADHD (Hiperaktivni poremećaj sa poremećajem pažnje) ove teškoće su toliko ozbiljne da izazivaju probleme u svakodnevnom životu i utiču na njihov prirodni razvoj.<sup>1</sup>

Za djecu sa dijagnozom ADHD, svakodnevni život može biti kaotičan. Ona često gube stvari i zaboravljaju vrijeme rasporeda i domaći zadatak. Štoviše, djeci sa dijagnozom ADHD je često teško da čekaju na svoj red ili da završavaju zadatke u kojima ne uživaju. Također lako mogu ulaziti u rasprave kada su uznemireni i ljuti češće nego druga djeca, ponekad zbog najsitnijih stvari.

Djeca koja ne dobivaju pravu podršku i liječenje izložena su velikom riziku od postizanja loših rezultata u školi i gubitka samopoštovanja.<sup>2</sup> Može im biti teško da steknu prijatelje i da se snađu u društvenim situacijama.



## ŠTA JE ADHD?

ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder.) je skraćenica za hiperaktivni poremećaj sa poremećajem pažnje. ADHD je danas dobro dokumentiran i opsežno proučavan nedostatak koji pogađa između 3 i 5% djece školskog uzrasta.

Tri osnovna simptoma ADHD su:

- Nedostatak pažnje
- Impulzivnost
- Hiperaktivnost

Jednostavnim riječima, djeca sa Hiperaktivnim poremećajem sa poremećajem pažnje (ADHD) jako teško da održavaju pažnju i kontroliraju svoju impulzivnost. U porodicama gdje jedan roditelj ima dijagnozu ADHD, postoji veliki rizik da će jedno od djece patiti od toga. Danas postoje naučni dokazi koji ukazuju da je bolest ADHD nasljedna do izvjesne mjere.<sup>1</sup>

## SIMPTOM: KRATKOTRAJNA PAŽNJA

1. Teško mu je da usredsredi pažnju na zadatak
2. Često pravi nemarne greške u školskom radu
3. Odaje utisak da ne sluša kada mu se direktno obraća
4. Teško mu je da sledi uputstva i često je neuspješan u raznim zadacima
5. Teško mu je da organizira zadatke i aktivnosti
6. Nevoljan je da radi zadatke koji zahtijevaju mentalnu izdržljivost
7. Njegovo ili njeno okruženje im često odvlači pažnju
8. Često je zaboravno u svakodnevnom životu
9. Često gubi stvari



## SIMPTOM: HIPERAKTIVNOST

1. Često mu je teško da mirno drži ruke i noge ili da mirno sjedi
2. Često ustaje u učionici ili u drugim situacijama gdje se od njega ili nje očekuje da dugo sjedi
3. Često trči okolo, penja se i penje više nego što se smatra prikladnim za danu situaciju. Kod adolescenata i odraslih ovo može biti ograničeno na subjektivni osjećaj nespokojstva.
4. Često mu je teško da se igra ili bavi slobodnim aktivnostima na miran, spokojan način
5. Često se čini da 'trči okolo' ili da je 'ubrzano'
6. Često previše priča

## SIMPTOM: IMPULZIVNOST

1. Često mu odgovori na pitanja izlete prije nego što je osoba završila sa pitanjem
2. Često mu je teško da čeka svoj red
3. Često prekida ili se nameće drugima (npr. prekida razgovore i igru drugih ljudi)

## KAKO ADHD UTIČE NA PORODICU?

Život sa dijagnozom ADHD je naporan i za samo dijete ili adolescenta. Međutim, biti roditelj djeteta sa dijagnozom ADHD također može biti teško i zahtjevno.

Problemi su naročito vidljivi u zahtjevnim situacijama. Mnoga djeca sa dijagnozom ADHD reagiraju brzo sa jakim emocijama, što može značiti da odgovaraju ljutito i sa protestom jer su zahtjevi za njih frustrirajući. Čak i male stvari mogu izazvati izlive osjećanja i scene pod emotivnim nabojem.

Važno je da roditelji razumiju kako njihovo dijete funkcionira, tako da ne kontroliraju ponašanje djeteta zabranom, negativnim komentarima i prijetnjama kažnjavanjem. Bez razumijevanja kako dijete sa ovim poteškoćama može utjecati na svoje okruženje, postoji rizik da roditelji budu okrivljeni za izazivanje učenih problema.

Biti rođeni brat/sestra djeteta sa dijagnozom ADHD također može biti teško i zahtjevno. Vrlo često rođena braća/sestre bez ADHD mogu imati manje prostora u porodici nego što im je potrebno, što može dovesti do konfliktnih situacija.

## ŠTA MOGU DA UČINIM KAO RODITELJ?

Ukoliko ste zabrinuti roditelj, možete se obratiti pedijatru, nastavniku u školi ili psihijatrijskoj klinici za djecu i mlade. Važno je da tim za procjenjivanje dobije što je više moguće informacija o funkcioniranju djeteta u školi, sa prijateljima i kod kuće. Zato je dobra ideja da porazgovarate sa nastavnicima u predškolskoj i školskoj ustanovi i saznate kako dijete funkcionira u toj sredini.

## ŠTA ZDRAVSTVENI SISTEM RADI?

Ne postoji jednostavan test za određivanje dijagnoze ADHD. Postavljanje dijagnoze zahtjeva dalekosežnu procjenu, djelomično uključujući duboke razgovore sa roditeljima djeteta i ponekad sa samim djetetom. Biće prikupljene i informacije od osoblja predškolske ili školske ustanove jer je važno procijeniti kako dijete funkcionira u ovim sredinama. Postavljanje dijagnoze može uključiti i psihološko testiranje i medicinske preglede.<sup>2</sup>

Sveukupno procjenjivanje je timski proces koji uključuje ljekara, psihologa i obrazovnog radnika.

## KOJA POMOĆ JE DOSTUPNA?

Iako trenutno ne postoji način za potpuno izlječenje ADHD, postoje neka dobra rješenja dostupna u obliku mjera psihosocijalne podrške, eventualno u kombinaciji sa lijekovima. Za djecu, psihosocijalna podrška obično uključuje kombinaciju obrazovanja roditelja, mjera u školi i mjera usmjerenih direktno na dijete u obliku rješavanja problema i odgajanje u socijalnim vještinama. Dobri rezultati liječenja se često postižu kroz mjere podrške u kombinaciji sa lijekovima.<sup>2</sup>

Koristi od uzimanja lijekova uključuju poboljšanu koncentraciju, što olakšava usvajanje znanja, informacija i uputstava. Mnogim ljudima ovo svakodnevni život čini lakšim

## DA LI IMATE PITANJA ILI BISTE ŽELJELI VIŠE INFORMACIJA O ADHD?

Vidite također:

[www.attention-riks.se](http://www.attention-riks.se)

Švedska interesna organizacija

[www.sos.se](http://www.sos.se)

Švedski nacionalni odbor za zdravlje i socijalnu zaštitu (Sweden's National Board of Health and Welfare) je objavio kratki pregled saznanja pod nazivom *ADHD hos barn och vuxna* [ADHD kod djece i odraslih] (samo na švedskom jeziku)

[www.levamedadhd.se](http://www.levamedadhd.se)

Informacije o ADHD-u od kompanije Janssen

### Lista referenci:

1. *ADHD hos barn och vuxna/ADHD kod djece i odraslih*, Švedski nacionalni odbor za zdravlje i socijalnu zaštitu (Swedish National Board of Health and Welfare), 2005
2. [www.attention-riks.se](http://www.attention-riks.se)

Informacije u ovoj brošuri su sakupljene novembra 2007.

Janssen-Cilag AB Box 7073, SE-192 07 Sollentuna, Sweden  
Tel +46 8 626 50 00, [jacse@its.jnj.com](mailto:jacse@its.jnj.com), [www.janssen.se](http://www.janssen.se)

JC-100-401:3

Janssen-Cilag AB

Janssen 