

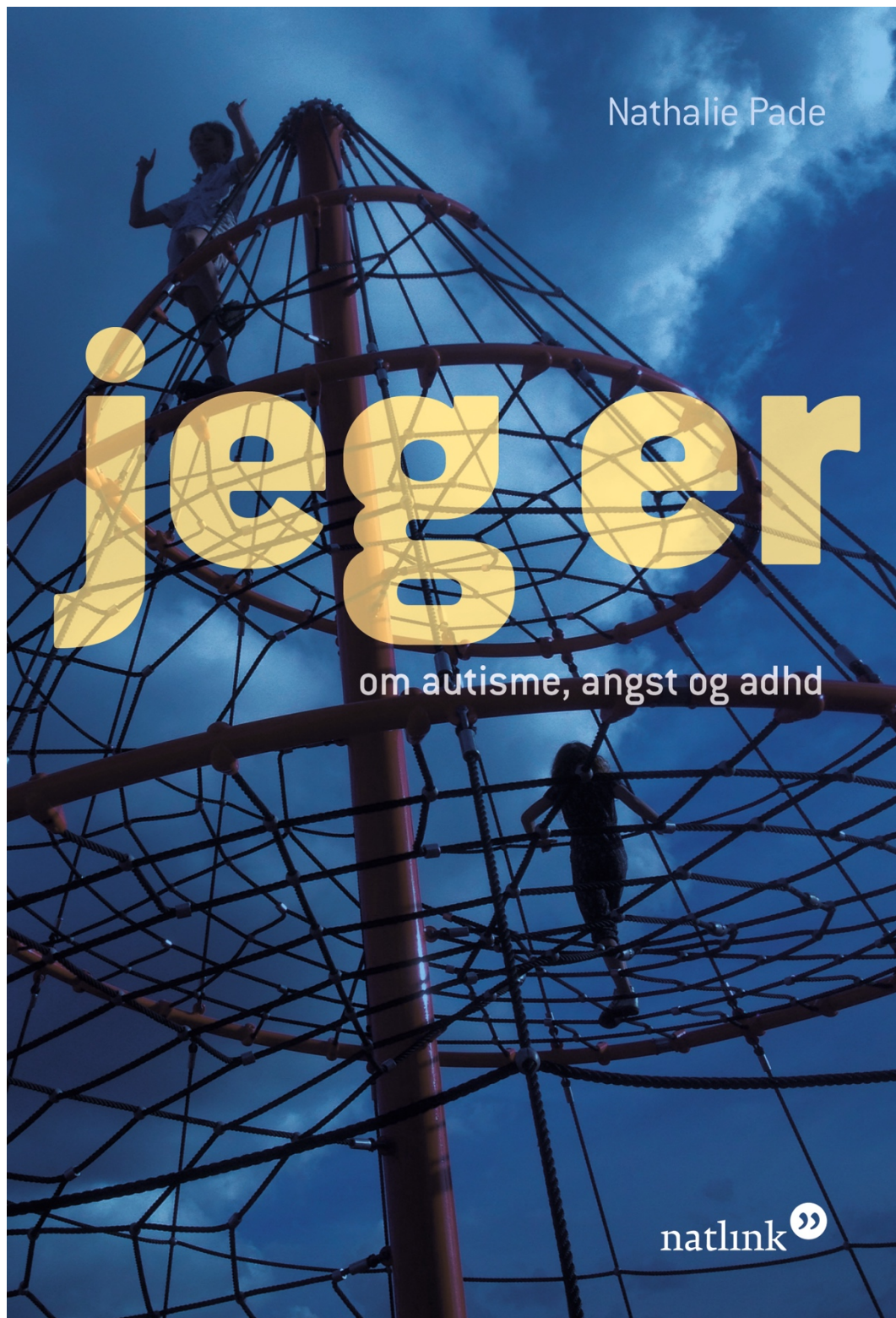
En lille vintersolhvervsgave – fra
natlink[»]

Nathalie Pade

jægger

om autisme, angst og adhd

natlink[»]



Om forfatteren ...



Jeg hedder Nathalie Pade og har skrevet en bog om autisme, angst og adhd. Jeg har selv alle tre diagnoser.

Men det begyndte med, at min søn fik en autismediagnose, for fire år siden. Det var noget af en omvæltning! Han virkede da helt normal...?! Han havde "bare" udviklet en masse angst efter mobning, skoleskift og massiv stress. Det varede en rum tid, inden vi fik den fornødne hjælp – i form af skift til specialskole, hvor han nu trives og har venner.

Jeg gik på opdagelse i autismen, fandt undervejs ud af, at jeg selv havde både autisme og adhd – og interviewede en håndfuld andre om, hvordan de levede med deres diagnoser. Det kom der denne bog ud af - "Jeg Er" – fordi man kan være så meget.... Jeg havde brug for at formidle et mere nuanceret billede, end det, man ofte får præsenteret. Måske indgyde håb.

Der er også link til nyere forskning, debat og samfund, samt interview med fagpersoner.

Det har været op ad bakke – men også sjovt – at skrive den. Jeg har måttet arbejde efter mine "zone ins" (på mærkelige tidspunkter), da jeg ikke kunne tåle adhd medicin i starten.

Jeg håber, du vil kunne genkende en ting eller to i denne læseprøve, som er to kapitler fra min bog, som udkommer 31. december 2020.

Glædelig jul & godt nytår.

Nathalie Pade
www.natlink.dk

"Jeg Er" kan købes som trykt bog på hjemmesiden til særpris 149,- plus forsendelse (40 kr) indtil slutningen af januar. Herudover på Saxo.com, Gucca.com og i boghandlerne.

LinkedIn: <http://www.linkedin.com/in/nathalie-pade-7b2a553a>
Facebook: <http://www.facebook.com/nathaliepade>

Uddrag fra bogen ...

Kapitel 28. Alle Drengene Har Det

Det var morgen i Bel Air. Solen havde allerede vist sig over bjergkammen, og uret havde ringet 6.00. Dagen var begyndt.

Han strakte armene op mod sengegærdet for at berede sin krop på at svinge benene ud over sengekanten. Men han kunne ikke røre sig. Det var, som om nogen i løbet af natten havde fyldt hans krop med bly.

Peter Vang var 40 år den morgen, hans krop stod af. Indtil da havde han haft fuld fart på i L. A. i USA i et job som managementkonsulent og egen virksomhed.

”Jeg var hverken trist eller deprimeret. Og fysisk fejlede jeg ikke noget. Min psykiater fortalte mig, at jeg havde ADHD. Det troede jeg ikke en skid på. Jeg havde altid siddet på værelset med min computer og ikke gidet snakke med nogen. Jeg var mere underaktiv end overaktiv, mere hypo end hyper og det var ikke lige det, jeg forbandt med ADHD,” fortæller Peter Vang over Messenger fra sin lejlighed i Horsens. Han har gjort det til sin mission at udbrede kendskabet til, hvad ADHD egentlig er, efter at han selv begyndte at undersøge sagerne.

Peter Vang fandt frem til de førende forskere på området. De sad i dette tilfælde på et universitet i Californien, UCLA, hvor han købte sig til en udredning.

”Det var i 2012, og efter fire kæmpe tests og samtaler fik jeg diagnoserne på det, der dengang hed ADD, og ”high functioning autism” – det, der i Danmark er kategoriseret som atypisk autisme, fordi ikke alle tre kriterier i den autistiske triade er opfyldt.”

ADD er ikke en anerkendt diagnose i Danmark, og siden er den også frafaldet i DSM, diagnosemanualen, som man benytter i USA og en række andre lande. Men Peter Vang har i dag en blog, hvor navnet fra dengang hænger ved, nemlig ADDspeaker. Her publicerer han den nyeste forskning fra USA om ADHD – for USA er nemlig langt forud for Danmark, når det gælder forskningen i ADHD, mener Peter Vang. Han finder, at alt for mange danske psykiatere har et forældet syn på ADHD, og at den gængse lægmandsopfattelse, af ADHD som en diagnose, der tildeles urolige drenge og medicineres i flæng, er fremherskende, selv blandt psykiatere og læger.

Diagnosen ADHD står for Attention Deficit Hyperactivity Disorder. Diagnosen, tidligere populært kaldet DAMP, er den hyppigste børnepsykiatriske diagnose i Danmark og tegner sig for en fjerdedel af samtlige diagnoser, med en tredobling i forekomsten over de sidste 10 år. ADHD beskrives lægefagligt som en biologisk betinget, genetisk lidelse, som er karakteriseret ved tre kernesymptomer: opmærksomhedsvanskeligheder, hyperaktivitet og impulsivitet. ADHD er i langt de fleste tilfælde en medfødt forstyrrelse, som dog også påvirkes af miljømæssige faktorer. Rygning og alkohol under graviditeten kan påvirke fostret, ligesom bly og kviksølv kan give ADHD- lignende symptomer.

Ifølge Socialstyrelsen har mellem tre og fem procent af alle danske børn ADHD – eller ”hyperkinetiske forstyrrelser”, som det hedder i Verdenssundhedsorganisationens diagnosemanual. Studier tyder på, at forekomsten kan være højere, og at kønsfordelingen er omkring fifty-fifty mellem piger og drenge, selvom sidstnævnte i dag tegner sig for tre fjerdedel af diagnoserne.

På verdensplan er cirka fem procent af alle børn diagnosticeret med ADHD, ifølge ADHD-foreningen. Forekomsten er dog stærkt varierende, alt efter hvilke diagnostiske kriterier, der anvendes. Ifølge et større studie publiceret i *American Journal of Psychiatry* i alle verdensdele, landede den gennemsnitlige forekomst på 5,29 procent på verdensplan, men med variationer fra 3,9 til 8,9 procent (2007). Et senere studie publiceret i 2014 i *International Journal of Epidemiology*, konstaterer, at de diagnostiske kriterier er stærkt variable, og at den "sande forekomst" af ADHD ikke er blevet større i de sidste tre årtier. Med nationale variationer og brug af forskellige diagnose-systemer, er det svært at få et præcist billede af den faktiske forekomst. I UK estimeres forekomsten for eksempel til at være på kun en procent, mens den i USA ligger på 10 procent, med store variationer fra stat til stat.

Peter Vang gik fra en årlig millionindtægt i Bel Air i Californien til ingen indtægt.

"Efter 12 år med fuld fart på og kontinuerlig, stabil indtjening, styrtede det hele i grus – over night," fortæller Peter Vang. Det amerikanske firma, som var familieejet, var blevet solgt til et børsnoteret selskab, og det nye firma havde deres eget salgsnetværk. Det slog ham ud.

"Jeg blev overflødig på et tidspunkt, hvor jeg netop havde flyttet mine aktiviteter til USA, og jeg havde brugt al min opsparing på at etablere mig der. Jeg fik et nervesammenbrud og udviklede en psykose."

Peter vandrede rundt på må og få som hjemløs på gaden i L.A. i 10 dage. Sov i skakter og på riste, skældte ud, førte enetaler, levede af almisser, når han ellers fik noget at spise. I et øjebliks nærvær fik han fat i sin far, som betalte en flybillet hjem.

"Jeg kom til Danmark og boede i to-tre år på mine forældres sofa. Siden har jeg levet af offentlig forsørgelse. Efter otte år i systemet, på kontanthjælp og efterfølgende ressourceforløb, med talrige arbejdsprøvninger og jobafklaringsforløb, er jeg nu blevet tilkendt førtidspension. Jeg var udbrændt, nedslidt og komplet brugt. Min krop havde sagt stop," fortæller Peter Vang fra sin to-værelses lejlighed i Horsens.

Emil fra Lønneberg ville i dag have fået en diagnose på ADHD, har det i flere år lydt, ikke mindst fra fremtrædende læger og debattører, der kalder ADHD en "modediagnose".

For hvorfor skal man hæfte en diagnose på en rask dreng, der bare har svært ved at koncentrere sig i skolen? ADHD opfattes ofte som en diagnose, der vilkårligt tildeles børn, der ikke kan sidde stille, og som forstyrrer i klassen. En diagnose, man nærmest trækker i en automat, og som mest kommer medicinalindustrien til gode.

I USA, hvor diagnoserne er fremherskende og tildeles efter den amerikanske diagnosemanual, DSM-5, har der i årevis lydt kritik af brugen af diagnoser til, med psykiatriprofessor Allen Frances' ord, at "gøre millioner af normale mennesker til patienter", som han skriver i bogen *Saving Normal* (2014), hvor han opfordrer sine kolleger i psykiatrien til varsomhed i brugen af diagnoser. Frances, som stod i spidsen for udarbejdelsen af den foregående version af diagnosemanualen, DSM-4, udtaler, at der sker en klar overdiagnosticering, især af ADHD, depression og angst, selv af autisme, og at behandlingen ofte er værre end lidelsen. I USA er 12 procent af befolkningen på anti-depressiv medicin, siger han. Psykiaterne vil gerne hjælpe – men er under pres fra forsikringsselskaberne, der ikke dækker honoraret for klienten, medmindre der er en nummereret diagnose og et medicinsk behandlingsforløb.

Frances bakkes op af Joel Paris, psykiatriprofessor på McGill Universitetet i Canada, der i en nyligt opdateret version af bogen *Overdiagnosis in Psychiatry* (2020), beskriver psykiatrien i den vestlige verden som "overstrakt", med en diagnose for hver af livets tilskikkelser.

Peter Vang oprettede efter sin hjemkomst til Danmark bloggen ADDspeaker, hvor han begyndte at dele den viden, han havde opsøgt om emnet, fordi han, som han siger, "føjte sig som Palle alene i verden" som voksen med ADHD. Alt offentligt fokus var rettet mod børn.

"I 2019 blev jeg blevet inviteret til at holde et indlæg på en temadag om psykiske lidelser for en stor gruppe sundhedsprofessionelle i Region Midtjylland. Mit indlæg var om ADHD og autisme, og inden jeg gik på, gjorde en højt profileret forsker på Syddansk Universitet grin med autisterne via en comic strip og den klassisk stereotype fremstilling af en autist. Dér hjalp ingen medicin; jeg fløj op og sagde, at det dér pis gider jeg simpelthen ikke høre på, og at jeg følte mig personligt stigmatiseret af den fremstilling. Også publikum fik et borgerligt ord med på vejen for at grine med på joken. Det gælder også for ADHD, at vi her til lands er håbløst bagud i opfattelsen og behandlingen af ADHD – men det er jo forståeligt nok, når de kommende Ph.D-studerende sidder og lytter til forældede teorier på landets universiteter."

Peter Vang nævner den holdning til ADHD, som stadig nyder anseelse selv blandt fagfolk, hvor medicinsk behandling mistænkeliggøres og forskningsmæssig evidens på området nedgøres. Han peger på alle de risici, der er ved at leve med en medicinsk ubehandlet ADHD – men som desværre, i folkeopinionen, er blevet til, at uduelige forældre til børn med ADHD, som de ikke har gidet opdrage, griber til nærmeste løsning for at få ungen til at arte sig.

Peter Vang drager et dybt suk: "Problemet i Danmark er, at vi lever i en navlebeskuende, selvforherligende kultur, hvor selv sagkundskaben nægter at lytte til patienternes egne erfaringer og ikke tillægger deres viden værdi – men påpeger man det, bliver man som person udstillet som "psykisk syg" og tildelt en sølvpapirshat."

ADHD er ifølge den amerikanske psykiater og forsker Ph.D. Russell A. Barkley forårsaget af en forsinkelse i den biologiske udvikling af barnets hjerne, hvor to styresystemer udvikler sig i omvendt rækkefølge af det normale: det drejer sig om systemet for den verbale og nonverbale adfærd (på engelsk "motor control", eller "motorkontrollen"), som udvikles før systemet for kognitivt ræsonnement (selvkontrollen). Selvkontrollen formår ikke at hæmme responsen på de interne (følelser, emotioner, tanker) eller eksterne (lyd, lugt, smag osv.) stimuli. Det er årsagen til den adfærd, som er så kendetegnende ved ADHD, nemlig den manglende impuls- og selvkontrol.

Forsinkelsen i udviklingen skaber problemer med hjernens signalstoffer, dopamin og noradrenalin, de såkaldte neurotransmittere, der transporterer signaler mellem hjernens synapser, men som hos personer med ADHD forekommer i et medfødt alt for lavt niveau.

Dopaminen brændes for hurtigt af, hvilket hæmmer "kommunikationen" mellem "motorkontrollen" og selvkontrollen, et link, der er nødvendigt for, at vi kan motiveres, fokusere, fastholde opmærksomheden og kontrollere vores impulser. Ligesom med signalstoffet serotonin, som er mere kendt for at påvirke humøret og ved mangeltilstand forårsage depression, spiller signalstofferne ved ADHD en vigtig rolle.

Dr. Russell A. Barkley, som har været redaktør på den amerikanske diagnosemanual, kalder selve betegnelsen ADHD misvisende og årsag til, at ADHD ofte bliver slået hen som et modelune opfundet af medicinalindustrien. Barkley kalder ADHD "en af de mest veldokumenterede lidelser i USA".

De tidligste beskrivelser af ADHD går helt tilbage til 1798, hvor en skotsk læge observerede mennesker med en "opmærksomhedsforstyrrelse", og hvor iagttagede problemer med emotionel regulering var en integreret del af lidelsen. Det var anerkendt helt op til vor tid, hvor det med følelserne blev afføjet, idet følelsesregulering er vanskeligt at måle. Emotionel dysfunktion - altså den manglende evne til emotionel selvregulering og kontrol, altså at tilpasse sine

reaktioner til situationen - er heller ikke en del af de diagnostiske kriterier i det officielle diagnosesystem, hverken i USA eller andre steder.

Men ifølge Russell A. Barkley burde ADHD rettelig hedde "Self Regulatory Developmental Disorder" – en udviklingsforstyrrelse, hvis væsentligste symptom er den manglende evne til at kunne regulere sig selv. H'et i ADHD, altså hyperaktiviteten, er stort set væk i teenagealderen, og hos voksne manifesterer den sig mest på det indre plan, som tankemylder og hyppige fokusskift. Hertil kommer problemer med emotionel selvkontrol – altså at tale sig selv fra at reagere på stimuli, der sætter en følelsesmæssig reaktion i gang. ADHD er i de fleste tilfælde en livslang lidelse, men symptomerne kan ændre sig med alderen.

Det er oftere drengene, der opdages, fordi de er tydelige i deres fysiske hyperaktivitet – sidder uroligt på stolen, afbryder, laver ballade – mens pigerne med ADHD typisk går under radaren. Symptomerne ytrer sig lidt anderledes, og en tilsyneladende "stille pige" kan være et indre kaos af tanker og følelser, dagdrømmeri og uoverstigelige problemer med at få afsluttet almindelige opgaver. Nogle drenge kan også have en "stille" profil, ligesom pigerne kan være Pippi-agtige i deres udtryk. Men i vores opdeltede verden går drengene fortsat for at være "problembørnene", og pigerne først, hvis de virkelig skiller sig ud. Måske ligger det i kulturen. For hvorfor skulle ADHD også logisk set være en diagnose, der var forbeholdt drenge?

I bogen *Forklædt som normal* fortæller Caroline Lilja Dam en barsk og hjerteskerende historie om misbrug, vold og selvskaide. Hun beskriver nogle af de værste symptomer ved ADHD: et selvværd, der er i bund, følelsen af ikke at kunne overskue sit liv, sit studium og sine følelser og et liv i kaos, hvor man bare ikke magter almindelige dagligdags aktiviteter, som andre mennesker ikke regner for noget særligt. Hun beskriver også, hvordan diagnosen – som hun fik som teenager – for hende var vejen til en behandling, der virkede, nemlig medicin. Den gjorde hende i stand til at kunne strukturere sin tilværelse og tage en HF-eksamen, efter at hun var droppet ud af gymnasiet.

Nadine opdagede sin ADHD midt i 30'erne, da hun i forbindelse med sin søns udredning for autisme skulle udfylde spørgeskemaer, der skulle screene sønnen for ADHD. Her fik hun øje på en stribe træk, der passede på hende selv:

"Jeg har altid følt mig anderledes. Som barn syntes jeg, det var noget pjat, de andre havde gang i, og fra jeg var 10-12 år trak jeg mig meget tilbage. Jeg var observatør og en *underdog*. Jeg var anderledes både derhjemme og i skolen, men havde et temperament og en gejst, der ikke kunne slukkes, selvom jeg levede i en dysfunktionel familie."

Ofte er ADHD "komorbid" til autisme, og cirka en tredjedel med autisme har også ADHD. Omvendt har op til 85 procent af alle voksne med ADHD andre tillægsdiagnoser i psykiatrien. Kombinationen af autisme og ADHD hos piger gør pigerne mere introverte og dermed sværere at få øje på.

Birgit Bonefeld, der blev "opdaget" af sin chef på det forskningscenter, hvor hun arbejdede som videnskabelig assistent, undrer sig i dag – efter mange ture rundt i sundhedssystemet med tilbagevendende stress og depressioner:

"Der er mange, der havde haft mulighed for at se de her symptomer hos mig, hvis man havde haft bare lidt bedre kendskab til autisme og ADHD, der gik lidt ud over den almindelige lægmandsopfattelse."

Jeg kæmpede med at få skrevet. Jeg skulle have styr på de medvirkendes historier, hele tiden dukkede der ny viden op, nye spørgsmål, der kunne belyses fra mange forskellige vinkler. Arbejdet med at skaffe ny viden syntes at være en endeløs proces. Som en tråd, man piller ud af en trøje, og som man kan blive ved med at trække i.

Kapitel 29. Pigerne har det også

Som med autisme er også ADHD arveligt. 70 procent af alle med ADHD har det i generne, mens 30 procent skyldes andre faktorer. Et nyt studie blandt 8000 danskere med en eller begge diagnoser – og et sammenligningsgrundlag på 5000 danskere uden diagnoser – viser, at autisme og ADHD skyldes den samme genetiske mutation. Det giver således god mening, at der menes at være 75 procent symptomsammenfald mellem autisme og ADHD.

Birgit Bonefeld på 45 kæmper stadig for at komme overens med sine diagnoser, for i den akademiske verden kan de være stigmatiserende.

”De rene autister kan være tunge at danse med. Jeg har ADHD’en oveni, og den gør mig til lidt af en cirkushest. De to diagnoser kan godt trække i hver sin retning, men når de løber i samme retning, går det op i en højere enhed.”

Der kan være store forskelle i, hvordan de to diagnoser kommer til udtryk. Hvor autisten er hyperfokuseret, er ADHD’eren letafledelig. Hvor autisten kan forekomme indadvendt, kan ADHD’eren være udadvendt og snakkesalig. Hvor autisten virker som en ”kloge-Åge” med ekspertviden på et bestemt område kan ADHD’eren få prædikatet smådum.

ADHD’eren vil ofte sidde i en diskussion og ikke kunne fastholde interessen eller oplever ikke at kunne tale med om politiske eller dagsaktuelle emner. ADHD’eren er ofte udstyret med idérigdom, begejstring og kreativitet, som dog kan have svært ved at finde udfoldelse, på grund af kløften mellem idé og udførelse. Som med autisme har personer med ADHD ofte problemer med at filtrere sansemæssige indtryk fra. Hertil kommer den dysfunktionelle følelsesregulering og en svækket arbejdshukommelse.

ADD, hvor den tydelige hyperaktivitet mangler, er ikke en officiel diagnose i diagnosemanualerne, men bruges til at beskrive den type ADHD, hvor hyperaktiviteten mest foregår på det indre plan – i skikkelse af tankemylder og tusind idéer, som sjældent kommer til udførelse eller færdiggørelse.

Den ledsages af det modsatte af hyperaktivitet, nemlig hypo-aktivitet, dvs. underaktivitet, hvor personen sidder lammet af egne impulser og tankebaner, ude af stand til at føre dem ud i livet. Den amerikanske psykolog Sari Solden, som har speciale i ADHD og selv har lidelsen, beskriver i bogen *Kvinder med ADHD*, hvordan ADHD-kvinder føler ”en slags dobbelt forbandelse i, at de, samtidig med at de havde svært ved at organisere deres liv, også havde en følelse af at have tusind påbegyndte ideer og spændende projekter, der lå halvfærdige rundt omkring og nærmest hånede dem. Og når ADHD-klienterne havde problemer med deres parforhold, deres forhold til andre mennesker eller havde en depression, så var disse problemer ofte resultatet af den underliggende lidelse.”

Stig Colbjørn-Nielsen var 64 år, da han efter personpåkørslen på Nivå Station blev diagnosticeret med Aspergers syndrom og ADHD:

”Jeg har altid været mærkelig. Diagnosen gav en forklaring. Jeg havde været topleder, fløjet med Concorde, forhandlet million-kontrakter - men jeg kastede ti bolde i luften og var allerede videre, når det var sat i gang. Og meningen med jobbet skulle helst komme indefra, det kunne ikke nytte, hvis andre ville bestemme for meget. Jeg kunne blive hidsig. Og man kan komme derud, hvor man ikke kan være i et job længere. Nu har jeg så været lokofører i 19 år. Jeg har tænkt, om ikke jeg skulle komme videre. Men det er det perfekte job for mig. Jeg bestemmer selv, når jeg fører toget.”

Stig Colbjørn Nielsen sætter Borsalino-hatten på i en resolut bevægelse efter vores møde på Willumsen-museet, inden han stiger ind i sin 19 år gamle Volvo, der er pudset og plejet, og hvor læderindtrækket knager luksuriøst, når man sætter sig. Han har galant kørt mig til og fra stationen i Frederikssund, og da jeg vinker farvel, siger han:

”Du er lige så mærkelig som mig.” Det er tydeligvis ment som en kompliment.

Nadine levede som barn i mere eller mindre permanent undtagelsestilstand. Hun kom ofte til at gøre sin far vred, blev slået og sparket, mens moderen passivt så til. I dag har hun ikke megen kontakt med sin familie. De anerkender i øvrigt heller ikke hendes diagnoser eller de vanskeligheder, hun har måttet slås med både i forhold til sønnens skolegang, og den angst, der fulgte med en barndom i alarmberedskab.

”Min søster havde en særlig position og var fredet, mens min mor mobbede mig. Jeg havde ikke noget sted, der var trygt. Min mor slæbte mig op ad trappen i håret, og hun kunne skifte på et splitsekund – jeg anede aldrig, hvor jeg havde hende. Det var uhyggeligt. Hvis jeg udfordrede hende, kunne hun finde på at sidde med en kniv og køre den hen over håndledet, som en markering. Jeg flippede ud, når hun gjorde det. Min far sagde jævnt hen: ”Du er intet værd, jeg gør dig arveløs”. Min mor påstod senere, at det havde han aldrig sagt. Så det er svært på alle planer at have tillid til sig selv.”

Nadine fik gennem voksenlivet tilbagevendende depressioner og angstanfald, som hun kom i medicinsk behandling for. Da hun blev gravid med Noah blev hun hjemsøgt af syner om moderen, der viftede med en kniv for øjnene af hende. ”Mine syner udartede i angst for, at jeg ville komme til at skade mig selv”, fortæller Nadine, som havde spurgt sin daværende læge, om der kunne være en underliggende ADHD.

”Hun affærdigede mig med, at selv hvis jeg havde ADHD, kunne man alligevel ikke gøre noget ved det.”

Det var først i tiden omkring sønnens diagnose, at Nadine fik mod på at opsøge en psykiater med speciale i ADHD.

”Han så det med det samme, sagde det var helt åbenlyst. Det er lige efter bogen. Du er i 30'erne, har maskeret dine besværligheder igennem årene, og efterhånden, som du får mere ansvar og også bliver mor, støder der angst og depression til. Den grundlæggende årsag er ADHD. Jeg prøvede medicin – og det virkede med det samme.”

Der har i perioder været kritik af brugen af Ritalin og anden ADHD-medicin til børn. Et studie i 2018, offentliggjort på Cochrane Library, anskueliggjorde, at 30 procent børn på ADHD-medicin (mod tidligere antaget 10 procent) havde bivirkninger af medicinen, som kan virke appetitnedsættende og give søvnproblemer. Ritalin indeholder det centralnervestimulerende stof methylphenidat og bruges ofte mod ADHD.

Sundhedsstyrelsen har i sin seneste anbefaling pointeret, at førstevalget i behandlingen af børn bør være pædagogiske tiltag – og først derefter medicin. Ifølge ADHD-foreningen har tre ud af fire børn dog gavn af medicin, og et studie anført af Søren Dalsgaard, professor i psykiatri på Aarhus Universitet blandt 700.000 danske børn og unge over tid, bekræfter, at hos de børn med ADHD, der fik medicin, faldt risikoen for skader og behov for skadestuehjælp med 45 %. Søren

Dalsgaard har ved flere lejligheder efterlyst en mere åben og mindre fordomsfuld debat om behandling af børn og unge med ADHD.

”De fagfolk, der afviser resultaterne af forskningen på området, ignorerer evidensen (...) Alligevel ser vi gang på gang, at debatten på området, helt ind i Folketingets Sundhedsudvalg, i alt for høj grad er præget af holdninger, og ikke af evidens,” siger Søren Dalsgaard til dagenspharma.dk (2015). I høringssvar til Folketingets Sundhedsstyrelses udspil deltager blandt andre ”Medborgernes Menneskerettighedskommission”, oprettet af Scientology, som ”psykiatrisk vagthund” og advarer mod psykiatriens ”bedrageriske diagnoser”, herunder brugen af ”personlighedsændrende medikamenter” til børn. ADD Speaker medvirker også – og han er en stærk fortaler for brug af medicin også til børn. Når det er sagt, kan medicinen ikke stå alene, som det også fremgår af Sundhedsstyrelsens officielle anbefalinger.

Jeg var nu også blevet medlem af diverse ADHD-grupper på Facebook, og her var der gang i den: fest og ballade gik side om side med den nyeste forskning om ADHD, og temperamentsfulde ytringer florerer, især på siden ADDspeaker, stiftet af Peter Vang, der havde begge diagnoser i et mix, som han kaldte ”ADHTisme” – hvor ADHD’en er det fremtrædende, med autisme som ”komorbiditet” og ikke omvendt, som det psykiatriske system tilskriver.

Han var stor fortaler for medicinering, som hjælper især børn med ADHD til at få en noget nær normal skolegang, og sidestillede ADHD-medicin med insulin for diabetikere. I Facebookopslagene kunne man læse om undersøgelser, der pegede på, at middellevetiden for mennesker med ADHD er 12,7 år lavere end for alle andre, at arbejdsløshed og kriminalitet er udbredt blandt mennesker med ADHD og, som et af de mere kuriøse facts, at ADHD-medicin medfører mundtørhed, som går ud over tænderne. Plus en masse andet, som jeg fortabte mig i.

Rockwoolfonden publicerede i 2016 en undersøgelse blandt 19.000 voksne danskere med ADHD, udført af CBS, Aarhus Universitetshospital og Nottingham Universitet i Storbritannien. Den satte tal på udgiften til ubehandlet ADHD: 2,8 milliarder kroner kostede det samfundet ikke at have behandlet de ADHD-ramte som børn, så de måske kunne fungere som arbejdsdygtige voksne. Borgere med ADHD har betydeligt større risiko end andre for at blive misbrugere, arbejdsløse, eller ende som enten gerningsmænd eller ofre for voldelige forbrydelser. Deres nettoindtægt er betydeligt lavere end for gennemsnittet.

Problemet i psykiatrien består i, at ADHD, på linje med autisme, afgøres ved observation og via symptomtjeklister, i samtale med forældre og barnet eller den voksne. Man er ikke enten ”gal eller normal”, men indenfor et spektrum af forskellige vanskeligheder.

I dag er 29 procent af alle med diagnosen ADHD i medicinsk behandling med en klar overvægt af voksne. To ud af tre voksne med ADHD tager medicin.

Det aktive stof i den centralstimulerende, hurtigtvirkende ADHD-medicin virker som ”speed” på almindelige mennesker, men har en beroligende effekt på folk med ADHD. Årsagen er, at medicinen hæver niveauet af dopamin, som er lavere hos personer med ADHD. Derfor ses der ikke en euforiserende virkning af medicinen. Medicinen sætter en stopper for det evindelige tankemylder, og nogle beskriver det som, at deres hjernes ti-sporede motorvej bliver til en tre-sporet. Andre, med et lavt aktivitetsniveau, de såkaldt ”hypoaktive”, får en kickstart af medicinen, så de kan komme i gang med daglige aktiviteter uden at hensynke i dagdrømmerier. Medicinen virker altså forskelligt på forskellige typer ADHD, og det er ikke noget særsyn, at mange forskellige veje skal afprøves, før man finder rette præparat og dosis. Nogle tåler ikke medicinen, der også kommer i ikke-centralstimulerende former. Hvor det er signalstoffet noredrenalin, der påvirkes medicinsk og over længere tid.

ADHD har også tankemylder som symptom, eller "mind wandering", som det kaldes, altså at tankerne vandrer, eller rettere løber, af med en. Arbejdshukommelsen er som regel forringet hos mennesker med ADHD. Det, kombineret med de andre symptomer, kan gøre det til en vanskelig sag at gå i skole og på uddannelse.

Birgit Bonefeld, der inden for sit forskningsområde som tekstilbiolog holder foredrag og underviser studerende, taler ravjysk i et rivende tempo fra centrum af Aarhus, hvor hun bor.

"Det er lidt vildt at have den her ADHD-diagnose som akademiker. Jeg har været stressramt og sygemeldt flere gange undervejs. Omvendt har jeg evnen til at blive vildt begejstret, men også lidt distræt. Det er en smal sti at gå på – for man brænder lettere ud. Som vidensarbejder er det ens lod at finde ud af, hvad ens egen rolle skal være. Og det er en ekstra stressfaktor, at det hele skal komme fra en selv. Men det er også en motivator."

Nadine gennemgik skoletiden og bestod sine eksaminer, fortsatte på videregående studium. Men hun skulle bruge længere tid på det end andre, og havde sværere ved at tilegne sig stoffet. Hun huskede simpelthen ikke så godt. I skolen og hjemme fulgte hun et fast skema og fik lavet lektierne med det samme, når hun kom hjem fra skole.

"Alligevel gik jeg for at være den dumme og min lillesøster for at være den kloge", siger Nadine i dag. "I dag ved jeg, at jeg ikke er den dumme – jeg har ADHD."

Seneste artikel fra ADDspeaker om, hvorfor inklusionen heller ikke er lykkedes for dem med ADHD:

<http://addspeaker.net/adhd-inklusion-er-en-kaempefiasko/> Se mere på ADDspeaker.org

