

Informationen zu ADHS im Erwachsenenalter:

Symptomatik

Symptome der ADHS sind u. a. Konzentrationsschwierigkeiten mit erhöhter Ablenkbarkeit, Stimmungsschwankungen, motorische und innere Unruhe und impulsives Verhalten.

Heute ist bekannt, dass sich eine ADHS mit dem Alter nicht regelhaft „auswächst“. Zwar wird mit dem Erwachsenwerden die zu beobachtende motorische Unruhe oft weniger, eine innere Unruhe bleibt jedoch häufig bestehen. Viele der Betroffenen sind auch im Erwachsenenalter noch sehr leicht ablenkbar und ungeduldig, haben Stimmungsschwankungen können Stress nicht so gut aushalten oder handeln übereilt, zu sehr „aus dem Bauch“ heraus und unüberlegt.

Ursachen

Für die Entstehung der ADHS werden im Wesentlichen körperliche Ursachen verantwortlich gemacht. So konnten in verschiedenen Untersuchungen vor allem Störungen des Dopamin-Stoffwechsels in bestimmten Hirnregionen gefunden werden, die zu beeinträchtigter Aufmerksamkeitssteuerung und Verhaltenskontrolle führen. ADHS wird nach heutigem Wissen sehr stark genetisch mitbestimmt. Psychosoziale Faktoren können auf die Ausprägung und Schwere Einfluss nehmen.

Häufigkeit

Die Häufigkeit der ADHS im Kindesalter wird weltweit nach ICD-10 auf ca. 4-5 % geschätzt. Im Erwachsenenalter wird noch eine Häufigkeit von ca. 2 % in der Gesamtbevölkerung angegeben.

Im Kindesalter wird ADHS deutlich häufiger bei Jungen als bei Mädchen diagnostiziert (2:1 bis 4:1), im Erwachsenenalter liegt die Verteilung noch bei knapp 2:1.

Diagnostik

In Abhängigkeit der Ausprägung der Symptomatik werden der kombinierte (ADHS), unaufmerksame (ADS) und hyperaktiv-impulsive Typ unterschieden. Insgesamt ist im Erwachsenenalter der kombinierte Subtyp am häufigsten. Bei Jungen und Männern stehen aber häufig die hyperaktiven/impulsiven Symptome im Vordergrund, während Mädchen und Frauen häufiger unter stärkeren Aufmerksamkeitsdefiziten leiden und damit z.B. in Schule und Ausbildung unter Umständen weniger auffallen.

Für die Diagnosestellung ist gefordert, dass die Symptome bereits im Kindesalter vorhanden waren.

Fragebögen

In unserer Abteilung wenden wir zur Beurteilung der Ausprägung der Symptome und Verlaufsbeurteilung auch Fragebögen an.

Neuropsychologische Testdiagnostik

Bei Bedarf werden neuropsychologische Untersuchungen durchgeführt, die vor allem die Aufmerksamkeitsleistungen (Daueraufmerksamkeit, selektive und geteilte Aufmerksamkeit), das Arbeitsgedächtnis und die Impulskontrolle untersuchen. Bei der Interpretation der Ergebnisse ist jedoch zu berücksichtigen, dass Erwachsene mit ADHS häufig die Fähigkeit zum „Hyperfokussieren“ besitzen d.h., sie können sich bei Interesse und ausreichender Stimulation durchaus konzentrieren, so dass in vielen Fällen auch unauffällige Testergebnisse gefunden werden.

Zusatz- und Ausschlussdiagnostik

Körperliche Erkrankungen müssen als Ursache für die Beschwerden ausgeschlossen werden (z.B. Schilddrüsenerkrankungen, Epilepsien, primäre Hirnerkrankungen, Restless-Legs-Syndrom, chronische Schlafstörungen).

Wie bei anderen psychischen Störungen gibt bis heute jedoch keinen „Bluttest“, keine bildgebende Untersuchung, keinen Fragebogen und keine genetische oder testpsychologische Untersuchung, die die Diagnose beweisen. Auch die Diagnose ADHS ist eine klinische Diagnose.

Behandlungsmöglichkeiten

Medikamente

Eine ADHS kann effektiv behandelt werden. Bei Kindern und Jugendlichen ist die Wirksamkeit der medikamentösen Behandlung mit Stimulanzien gesichert. Als Medikament wird sehr häufig der Wirkstoff Methylphenidat eingesetzt. Auch bei der Behandlung der ADHS im Erwachsenenalter gibt es aus wissenschaftlichen Untersuchungen Hinweise auf eine sehr gute Wirksamkeit von Methylphenidat. Jedoch ist bislang (Stand Mai 08) noch kein Medikament zur Behandlung der ADHS im Erwachsenenalter in Deutschland zugelassen.

Psychotherapie

Bei Erwachsenen stehen sehr häufig Folgeprobleme der ADHS im Vordergrund (z.B. Schwierigkeiten in Beruf und Beziehungen mit erhöhter Arbeitslosen- und Scheidungsrate). Im Gegensatz zum Kindesalter gibt es jedoch nur wenige wissenschaftliche Studien, die die Wirksamkeit von Psychotherapie bei ADHS im Erwachsenenalter untersuchen. Aus diesen wenigen Studien geht hervor, dass sich die Ausprägung der ADHS und das seelische Allgemeinbefinden durch eine verhaltenstherapeutisch orientierte Behandlung verbessern lassen.

In unserer Abteilung wird gegenwärtig eine große Studie zur Wirksamkeit von Psychotherapie im Vergleich zu Medikation bei ADHS im Erwachsenenalter durchgeführt. Das Projekt wird mit Unterstützung des Bundesministeriums für Bildung und Forschung realisiert. [\[Mehr\]](#)

Dr. A. Philipsen und Dr. S. Matthies für die AG