

## AD(H)S wird erwachsen – 2. AD(H)S-Symposium in Uelzen

Die Aufmerksamkeitsdefizit-/ Hyperaktivitätsstörung (ADHS) betrifft nicht nur Kinder und Jugendliche. Sie bleibt bei mehr als der Hälfte bis ins Erwachsenenalter bestehen und gerade der Übergang ins Erwachsenenalter stellt eine besondere Herausforderung für die Betroffenen und ihr Umfeld dar. „ADHS wird erwachsen“ lautete das Thema des zweiten Uelzener ADHS-Symposiums, das kürzlich im Uelzener Rathaus stattfand. Es war das erste große gemeinsame Projekt der AD(H)S-Selbsthilfegruppe JoJo-Hankensbüttel und der neu gegründeten Regionalgruppe JoJo-Uelzen des AD(H)S Deutschland e. V.

In ihrem Grußwort betonte die stellvertretende Bürgermeisterin der Stadt Uelzen, Brigitte Kötke, wie wichtig die Aufklärung über die Störung AD(H)S für die Betroffenen und ihre Familien sei und begrüßte, dass es nun auch in Uelzen eine kompetente Selbsthilfegruppe gebe.

Dr. med. Kirsten Stollhoff, Fachärztin für Neurologie und Pädiatrie in Hamburg, beleuchtete in ihrem Vortrag die sensible Phase des Erwachsenwerdens, die für Jugendliche und junge Erwachsene mit dem Störungsbild AD(H)S häufig eine zusätzliche Belastung darstellt. So berichtete sie von einem jungen Mann, 19 Jahre alt, dessen schulische Laufbahn durch beharrliche elterliche Unterstützung und geeignete ärztliche Betreuung weitgehend problemlos verlief. Mit 18 bekam er einen Ausbildungsplatz in seinem Wunschberuf, doch gleichzeitig musste er zu



einem Erwachsenenmediziner wechseln, so sieht es die Ordnung für Ärzte vor. Die Betreuung durch seine ihm vertraute Kinder- und Jugendärztin brach ab. Der junge Mann kam zu spät zu seinem ersten Termin beim neuen Arzt und wurde daraufhin weggeschickt. Den zweiten Termin vergaß er. In der vorherigen Praxis war es üblich gewesen, die jungen Patienten an ihre Termine zu erinnern. Einen dritten Termin bekam er nicht und so entschied der junge Mann, dass es auch ohne Arzt und Medikament gehe. Im 2. Ausbildungsjahr bekam er Schwierigkeiten in seinem Umfeld, vor allem in seinem Ausbildungsbetrieb. Weil er seinen Chef, der ihn mehrfach abwertend kritisiert hatte, mit einem Messer bedrohte, flog er schließlich raus.

Mit der Volljährigkeit werden gemeinhin Erwartungen an junge Menschen gestellt, die AD(H)S-Betroffene in der Regel nicht erfüllen können. Der Grund dafür ist eine Hirnentwicklungsstörung, welche die Hirnreifung um 3 – 5 Jahre verzögern kann. Sie haben nach wie vor Probleme ihre starke Impulsivität zu kontrollieren. Sie sind weniger in der Lage selbstverantwortlich zu handeln, vernünftiges Zeitmanagement oder der Umgang mit Geld fallen ihnen schwer. Ihr Einsichtsvermögen ist stark eingeschränkt und ebenso sind es Fähigkeiten wie Rücksichtnahme, Übersicht oder das Treffen von Entscheidungen. Angesichts dieser Symptomatik kann die sogenannte Transition, der Übergang ins Erwachsenenalter, leicht schief gehen. Gerade in dieser Lebensphase stehen wichtige Weichenstellungen an: Schulabschlüsse sind zu meistern, ein geeigneter Ausbildungsplatz muss gefunden werden, neue Beziehungen, Freundschaften oder der Umgang mit Kollegen und Ausbildern stellen nur einige der Anforderungen dar.

In der Rechtsprechung, so Stollhoff, geht man flexibler auf die individuelle Situation junger Straffälliger ein; entsprechend wird das Jugendstrafrecht in der Regel bis zum Alter von 21 Jahren angewendet. Solche Flexibilität wünscht sie sich auch in der Medizin. Was brauchen die jungen Er-

wachsenen noch? Die meisten wünschen sich weiterhin Unterstützung durch ihre Eltern. Hilfen bei der Ausbildung sind ebenso wichtig wie Beratung und Begleitung für Ausbilder und Lehrer. Günstig sind Gruppenaktivitäten zum Beispiel im Bereich Sport und vor allem sollte gelten: Weg vom PC! Betroffene müssen lernen ihre AD(H)S zu kontrollieren statt von ihr kontrolliert zu werden.

„AD(H)S und Sucht“ lautete das Thema, zu dem Dr. Johannes Streif, Diplompsychologe aus München und selbst betroffen, neueste Untersuchungsergebnisse und Erkenntnisse lieferte.

Sucht lässt sich definieren als unkontrollierbares Verlangen nach einem bestimmten Erlebnis bzw. Erlebniszustand. Verstand und Vernunft werden untergeordnet und es folgt innere Unruhe. Nach einem Überblick über die verschiedenen Suchtmittel und ihre Verbreitung in unserer Gesellschaft, geht es um die Frage, wie häufig Sucht bei AD(H)S-Betroffenen vorkommt. Studien belegen



eine deutlich erhöhte Suchtgefahr. Das reicht von einer 2,8fach höheren Alkoholabhängigkeit bis zu einer fast 8fach höheren Drogenabhängigkeit. Was aber sind die Ursachen des erhöhten Suchtrisikos bei ADHS? Schaut man sich die Symptome der AD(H)S an, wird klar, dass sie von den Betroffenen oft als sehr belastend empfunden werden und dass von Suchtmitteln Erleichterung erhofft wird. Da sind zum einen die Aufmerksamkeitsstörung und leichte Ablenkbarkeit, die den Alltag erschweren. Hyperaktivität bedeutet ständige innere Unruhe und Rastlosigkeit und begünstigt das Bedürfnis nach Entspannung und Selbstberuhigung. Die mangelnde Impulskontrolle schließlich begünstigt unbedachtes Handeln und weniger Bedenken hinsichtlich negativer Konsequenzen insbesondere beim Konsum illegaler Substanzen. Wird ADHS behandelt, sinkt auch das Risiko für Sucht. Wenn jedoch ein Suchtproblem besteht, erweist sich die Behandlung der ADHS als sehr schwierig.

Wie kann man ADHS-Betroffene stark machen gegen die Sucht? Mit Hilfe von Psychoedukation und verhaltenstherapeutischen Maßnahmen können Selbstaufmerksamkeit und Selbstmanagement erlernt werden. Laut Streif sollte schon bei Kindern und Jugendlichen Verständnis geweckt werden für eigenverantwortliches Handeln, die Übernahme von Verantwortung für die eigene Person, die eigenen Dinge, die Konsequenzen des eigenen Handelns. Anstrengungs- und Leistungsbereitschaft müssen gefördert werden ebenso wie das Einhalten von Regeln und ein angemessenes Sozialverhalten. Denn aus Leistung erwachsen Zufriedenheit, Stolz, Selbstgewissheit, Glück und soziale Anerkennung.

Im Anschluss an die Vorträge gab es noch Gelegenheit für Fragen und Diskussionsbeiträge. Die Selbsthilfegruppen um die Leiterinnen Birgit Steinbach, Dagmar Fuchs-Pfeiffer und Andrea Tellermann-Eschert hatten für weitere Informationsquellen gesorgt. Zum einen durch einen Büchertisch der Buchhandlung Ulrich aus Hankensbüttel. Zum anderen konnten sich die Besucher über Möglichkeiten des Versicherungsschutzes informieren bei Christoph Lütkemüller, Finanzkaufmann aus Wahrenholz, Landkreis Gifhorn. Nicht selten ist die Versicherung von Menschen mit der Vorerkrankung ADHS erschwert, da sie zu einer Risikogruppe zählen. Folgeerkrankungen wie Depressionen oder Angststörungen treten häufiger auf. Zudem kommt es durch die oft hohe Risikobereitschaft AD(H)S-Betroffener zu deutlich erhöhten Unfallraten.