



## Vad innebär en adhd-diagnos?

För de allra flesta som har adhd är det bra att få en diagnos, eftersom det blir lättare för dem att få det stöd de behöver.

En del föräldrar oroar sig för vad en adhd-diagnos innebär för deras barn. De kanske är oroliga för att diagnosen ska bli en "stämpel", som gör det svårare för barnet. Men oftast är det tvärtom:

- Många barn mår bättre när de vet vad deras svårigheter beror på.
- Både barn och föräldrar kan få rätt sorts stöd och råd från skolan och vården.
- Barnet kan få behandling som gör att svårigheterna minskar.
- Skolan får bättre underlag för att kunna hjälpa barnet.
- Det kan bli lättare att studera om man får stöd för sin adhd.

## Vill du veta mer?

Om du vill veta hur en adhd-utredning går till kan du läsa foldern "*Kort om adhd hos barn och ungdomar*". Den kan du ladda ner från Socialstyrelsens webbplats [www.socialstyrelsen.se](http://www.socialstyrelsen.se)

På webbplatsen [www.kunskapsguiden.se](http://www.kunskapsguiden.se) finns också speciella sidor om adhd. Den riktar sig främst till vård- och omsorgspersonal, men är öppen för alla som vill veta mer.

Fem myndigheter samarbetar för att anpassa information och kunskapsstöd efter behoven hos de verksamheter som arbetar med psykisk ohälsa. Arbetet är en del av regeringens PRIO-satsning.

# Lättläst om adhd hos barn och ungdomar

Funderar du på om ditt barn har adhd? I den här foldern kan du få svar på följande frågor:

- Vad är adhd?
- Hur märks adhd?
- Vad kan jag göra om mitt barn har svårigheter?
- Vad innebär en adhd-diagnos?

## Vad är adhd?

Adhd är en vanlig funktionsnedsättning. Ungefär 1 av 20 skolbarn har adhd. Adhd märks ofta på att barnet har svårt att koncentrera sig, följa instruktioner eller kontrollera sina impulser. På nästa sida finns fler exempel.

Adhd är en engelsk förkortning och står för Attention Deficit Hyperactivity Disorder. Det betyder ungefär "problem med uppmärksamhet och överaktivitet". Men alla barn med adhd är inte överaktiva.

## Inte en fråga om uppfostran

Det är inte någons fel att ett barn har adhd. Det är inte en fråga om hur du som förälder uppfostrar ditt barn. Tvärtom kan adhd vara en förklaring till varför föräldrarna inte alltid kan påverka barnets beteende genom att säga till.

## Hur märks adhd?

Adhd hos barn kan visa sig på olika sätt. Några exempel är att barnet

- har svårt att hålla reda på tider
- har svårt att sitta still
- har svårt att komma igång och slutföra uppgifter
- snabbt blir uttråkad
- inte alltid verkar lyssna på tilltal
- ofta tappar bort sina saker
- ger upp snabbt om något är svårt
- har svårt att leka med andra barn.

Barn och ungdomar med adhd har ofta andra svårigheter också. Det kan till exempel vara läs- och skrivsvårigheter (dyslexi) eller problem med sömnen.

### Ibland märks det i skolan men inte hemma

Det kan ibland vara svårt att se att barnet behöver stöd. Ibland är det bara föräldrarna som märker barnets svårigheter. Ibland är det lättare för lärarna i skolan att märka svårigheterna.

### Kan vara svårare att upptäcka hos flickor

Adhd kan vara svårare att upptäcka hos flickor än hos pojkar. Pojkar har ofta ett mer utagerande beteende som gör att de uppmärksammas mer. Flickornas svårigheter kan ta sig andra uttryck och kan vara svårare att känna igen.



## Tre olika typer av adhd

Det finns tre olika typer av adhd, där olika svårigheter är olika tydliga:

- En kombination av **problem med uppmärksamhet, överaktivitet** och **impulsivitet** (den vanligaste typen).
- Främst **uppmärksamhetsproblem**, ingen tydlig överaktivitet. Ofta är man i stället passiv och inåtvänd.
- Mest problem med **överaktivitet** och **impulsivitet**. Men få eller inga problem med uppmärksamheten (vanligast hos små förskolebarn).

## Vad kan jag göra om mitt barn har svårigheter?

1. Om du märker att ditt barn har svårigheter kan du börja med att kontakta skolsköterskan. Skolans elevhälsa kan göra en bedömning av barnets svårigheter och ge dig råd. Skolan har även ansvar för att ta reda på vilket stöd ditt barn behöver och att ge stöd.
2. Om skolans stöd inte räcker kan du få rådet att kontakta sjukvården för att göra en utredning. I en utredning bedömer en läkare och en psykolog barnet.
3. Om utredningen visar att barnet har adhd får ni information om det. Det brukar vara bra att få ett namn (diagnos) på svårigheterna. Diagnosen kan göra det lättare ge barnet rätt stöd.