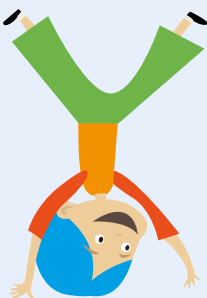


Informasjon til personer med diagnose

Det er viktig at formidling av ADHD-diagnosen blir gjort på en individuelt tilrettelagt måte. Dette materialet er ikke ment å erstatte psykoedukative tilnærminger, der målet er å gi personen innblikk i egen situasjon, fokusere på mestring i hverdagen og å forstå omgivelsene. Vi mener likevel at flere vil kunne profitere på visuell støtte ved gjennomgang av hovedområdene som er illustrert i materialet.



Formidle informasjon til søsken og andre pårørende

Et viktig element i tilbakemelding etter utredning bør også inkludere informasjon til søsken og andre pårørende. Materialet kan brukes som støtte til dette arbeidet. Det kan også brukes som støtte ved tilbakemelding til kommunale instanser. (1. linjetjenesten)

Tilgjengelighet

ADHD-plakaten er tilgjengelig for alle og gratis i bruk. Plakaten, veiledning for bruk av materialet og samtalekort kan bestilles ved henvendelse til Regional kompetansetjeneste for autisme, ADHD, Tourettes syndrom og narkolepsi.

ADHD-plakaten med tilhørende materiell kan lastes ned kostnadsfritt fra www.adhdplakaten.no

@ post.rkt@ous-hf.no

Oslo Universitetssykehus, Ullevål
Regional kompetansetjeneste for autisme,
ADHD, Tourettes syndrom og narkolepsi
Postboks 4956 Nydalen
0424 Oslo



Veiledning til samtaleverktøyet

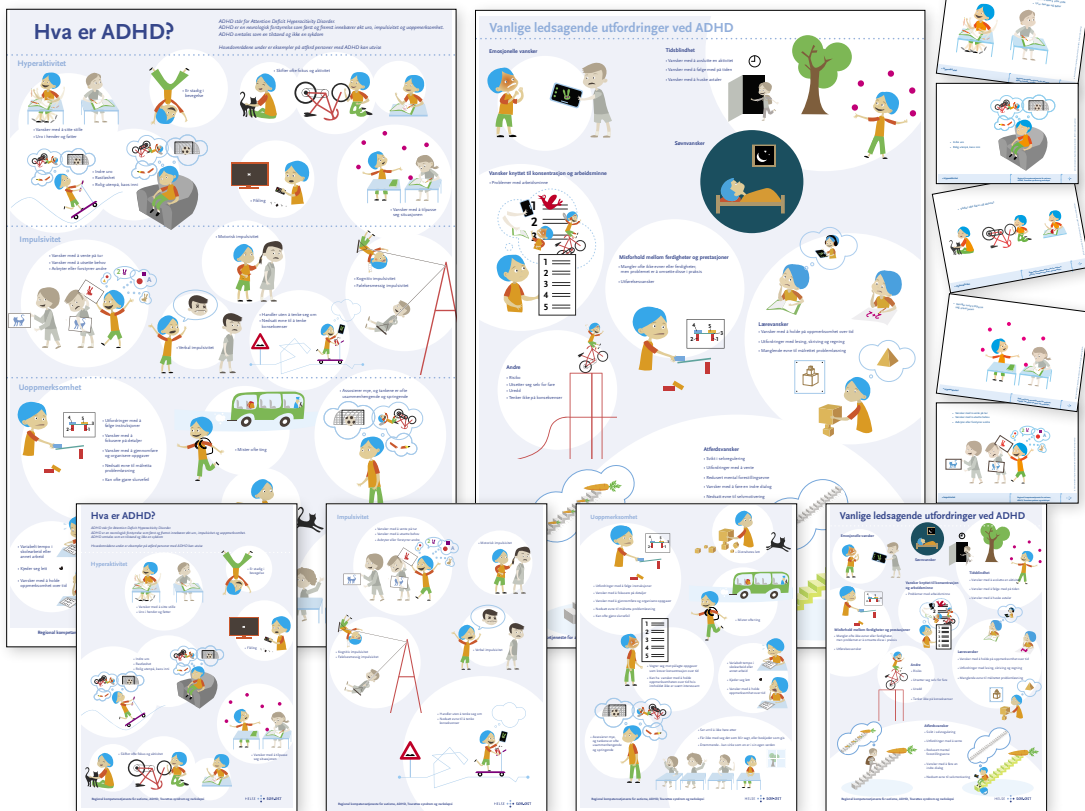
Hva er ADHD



©Oslo Universitetssykehus / Regional kompetansetjeneste for autisme, ADHD, Tourettes syndrom og narkolepsi.
All bruk av grafikk utover det leverte materiell skal avtales. Design og illustrasjon: Melkeveien Designkontor AS.

Regional kompetansetjeneste for autisme,
ADHD, Tourettes syndrom og narkolepsi

HELSE  SØR-ØST



Plakaten med tilhørende materiell er utarbeidet for å utgjøre en støtte og et supplement i arbeidet med å formidle kjernevansker ved en ADHD diagnose etter en utredning.

Den primære målgruppen er fagpersoner med ansvar for utredning og diagnostisering av barn med ADHD. ADHD står for «Attention Deficit Hyperactivity Disorder»: oppmerksomhetsvikt med hyperaktivitet.

Diagnosen kan stilles når oppmerksomhetsvansker, overaktivitet eller impulsivitet skaper betydelige vansker i hverdagen, har vart i minst et halvt år og viser seg i ulike situasjoner, og dessuten ikke bedre forstås som uttrykk for en annen tilstand eller diagnose. Om lag 25–30 % med ADHD har store oppmerksomhetsvansker uten å være påfallende hyperaktive eller impulsive. Da brukes diagnosen ADHD uoppmerksom type

Plakaten er inndelt i de hovedområdene som vil være berørt hos personer som har en ADHD-diagnose.

• *Hyperaktivitet* • *Impulsivitet* • *Uoppmerksomhet*

Plakaten er utarbeidet etter diagnosekriteriene slik de er fremstilt i ICD-11/ DSM-5.

ADHD er en tilstand som i stor grad påvirker de eksekutive funksjonene. Dette kan bl.a vises seg ved vansker med å tilpasse egen atferd, kontrollere og regulere egne følelser. Det kan være utfordringer med å vente på tur, lese signaler fra andre, ta andres perspektiv og forstå andres atferd. De eksekutive vanskene kan også vises ved svekket arbeidsminne, utfordringer med å dele oppmerksomheten mellom flere ting samtidig, komme i gang med aktiviteter og planlegge. Disse vanskene bør også belyses når det skal formidles ulike utfordringer som kan oppstå på bakgrunn av ADHD diagnosen. Materialet har i tillegg med det som kalles vanlige ledsagende utfordringer. Dette er vansker som ikke alle med ADHD-diagnose er berørt av. Disse vanskene er vanlige ledsagende vansker, men ikke en del av de diagnostiske kriteriene.

Hvordan bruke materialet

RKT har trykket opp et begrenset opplag av materialet, som kan sendes ut ved bestilling. Her vil selve plakaten, veiledning og samtalekort være produsert i en kvalitet som skal være holdbar over tid. Det er også mulig å skrive ut materialet på egen skriver. Plakaten er tilrettelagt slik at den også kan skrives ut i A3- format. Det innebærer at de fleste enheter vil ha anledning til å skrive ut materialet selv.

Samtalekortene inneholder samme tekst og illustrasjoner som plakaten.

Hensikten med kortene er at de enkelt kan plasseres på et bord og gi utgangspunkt for samtale om et område av gangen. For noen kan det virke overveldende med en samlet presentasjon av de ulike vanskene, og man kan i så fall bruke kortene for en mer enkeltvis presentasjon av funn innen hvert område, samt tilpasse mer individuelt slik symptomene viser seg for den enkelte person.

Kortene kan også skrives ut slik at deltakerne kan gjøre notater/kommentarer og ta dette med hjem.

Formålet med dette materialet er å gi både visuell og skriftlig støtte til en gjennomgang av områder som er berørt når man har konkludert med en ADHD-diagnose.

I materialet illustreres personen med ADHD-utfordringer med sterkere farger.

Hele materialet vil bli utarbeidet for flere språk. Disse vil bli bekjentgjort fra RKT og gjort tilgjengelig via www.adhdplakaten.no. Vi håper dette vil bidra til å forenkle og kvalitetssikre formidling av funn og konklusjoner fra en ADHD-utredning, uavhengig av språk og kulturell bakgrunn.

Materialet er utarbeidet av Regional kompetansetjeneste for autisme, ADHD, Tourettes syndrom og narkolepsi Helse Sør-Øst. (RKT) i samarbeid med klinikere ved BUP Furuset, ADHD Norge og Melkeveien designkontor.

Oslo 2021

