



Vragen over ADHD?

Zoek je begeleiding, informatie voor een diagnose, advies, opleiding of ondersteuning? Zoek je deskundige training in het omgaan met ADHD en de gevolgen ervan?

Centrum ZitStil is een kennis- en expertisecentrum voor ADHD. Het legt zich toe op de ontwikkeling en overdracht van kennis en informatie gericht op personen, families, hulpverleners, scholen of werkomgevingen die met ADHD geconfronteerd worden. Telefonische raadpleging bij psycholoog op 0902 88 777 (0,75 euro/min.) elke donderdagmorgen (9.15 u. – 12.15 u.) en elke 1^e en 3^e maandagavond van de maand (19.00 u. – 22.00 u.). Raadplegingen - na afspraak via 03/ 830 30 25 - in centrum ZitStil.

Wat is ADHD?

ADHD is de afkorting voor het Engelse *Attention Deficit and/or Hyperactivity Disorder*, in het Nederlands zeg je: een stoornis die gepaard gaat met *aandachtstekort* en/of *hyperactiviteit*.

ADHD uit zich in gedrag dat problematisch kan worden en dat veroorzaakt wordt door een stoornis in de ontwikkeling van de hersenen.

Deze stoornis is gedeeltelijk genetisch bepaald en veroorzaakt afwijkende anatomische en chemische karakteristieken in de hersenen. Men wordt ermee geboren, het gaat niet over tijdens de puberteit, en 1 tot 2 op 100 heeft er op volwassen leeftijd nog steeds last van.

Een aantal symptomen wordt wel milder en een aantal volwassen ADHD-ers heeft leren omgaan met zijn of haar 'handicap'. Maar veel anderen blijven worstelen met de symptomen of met de gevolgen ervan. De impact van ADHD op het leven van patiënten en hun omgeving is niet gering. Veel van dat leed zou kunnen vermeden worden door een efficiënte behandeling, die echter te dikwijls uitblijft.

Een goede behandeling bestaat uit de combinatie van psycho-educatie, (zo nodig) medicatie En andere vormen van psychosociale ondersteuning.

Eerst de diagnose . . . dan de actie

De diagnose ADHD wordt niet lichtzinnig gesteld. Ze wordt gemaakt op basis van gedragskenmerken die worden afgewogen in verschillende situaties (zoals werk, familie of vrije tijd) en in het licht van de hele levensloop.

De diagnose gebeurt dan ook op basis van multidisciplinair onderzoek. Verschillende medische, psychische en sociale deskundigen inzake ADHD werken samen aan de klinische diagnose.

Alleen zo kan men tot een juiste diagnose komen die de basis is voor een aangepast behandelingsplan.