

ADHS hört nicht mit 20 auf

Dr. phil. Ruth Hungerberger ist Geschäftsleitungsmitglied von adhs 20+, einer schweizerischen Beratungsstelle für Erwachsene mit ADHS. Für die «glarner woche» sprach Gabi Heussi mit ihr.



Immer mehr Kinder erhalten das Medikament Ritalin. Wie sieht es mit Erwachsenen aus?

Ruth Hungerberger: Generell gilt, dass Ritalin oder ähnliche Medikamente auf der Basis von Methylphenidat nur nach einer ausführlichen ADHS-Abklärung verabreicht werden sollten. Die Fachperson und der Betroffene – bei Kindern deren Eltern – sollten gemeinsam entscheiden, ob eine Therapie mit Ritalin indiziert ist. Es gibt verschiedene Haltungen zu diesem Medikament. Meiner Meinung nach sollte einerseits der Leidensdruck des Betroffenen und andererseits jener des Umfelds der entscheidende Faktor für eine Medikation sein. ADHS-Betroffene können entscheidende Nachteile im Leben haben: Bei Kindern stehen soziale Isolation, grosse Schwierigkeiten mit der Bewältigung des Schulstoffes (trotz guter Intelligenz) und familiäre Schwierigkeiten im Vordergrund. Im Erwachsenenalter treten andere Problematiken auf, wie Verlust der Stelle, Schwierigkeiten in der Partnerschaft oder im Umgang mit Geld, Suchtverhalten. An dieser Stelle ist zu betonen, dass die Einnahme von Ritalin das Problem alleine nicht löst. Der therapeutische Prozess sollte multimodal sein. Wird einem offensichtlich Betroffenen die Einnahme von Ritalin verweigert, geht man das Risiko ein, dass Begleiterkrankungen entstehen könnten. Diese sind in der Folge schwieriger zu behandeln.

Die Frage zur unterschiedlichen Behandlung von Kindern und Erwachsenen ist berechtigt. Sehr lange war die adulte ADHS ein Stiefkind der Psychiatrie und Psychologie. Der Irrglaube, ADHS wachse sich aus, ist noch heute verbreitet. Ich erlebe immer wieder, dass Erwachsene, die sich ihrem Arzt mit dem Verdacht anvertrauen, sie könnten unter ADHS leiden, nicht ernst genommen werden. Zum Glück beginnen Fachpersonen und Verbände, sich mit dem Thema ADHS im Erwachsenenalter auseinanderzusetzen. Auf diese Weise

hilft die Institution adhs 20+ Betroffenen wie auch Angehörigen.

Dieses Netz an Fachpersonen sollte gesamtschweizerisch ausgebaut werden. Denn im Vergleich zur Anzahl Spezialisten für Abklärungen im Kindes- und Jugendalter ist das Angebot für Erwachsene wesentlich geringer. Es gilt alles daran zu setzen, diese Unterversorgung im medizinisch-psychologischen Bereich zu eliminieren. Denn: Der Leidensdruck bei Erwachsenen wird nicht kleiner, die Defizite wirken sich altersentsprechend in anderen Lebensbereichen aus. Meine Erfahrung zeigt, dass gerade erwachsenen Menschen gut geholfen werden kann, weil ihre Einhaltung von Verhaltensmassnahmen meist gross ist. Es gibt Ärzte, die ihren erwachsenen Patienten/-innen nur zögerlich das Methylphenidat verschreiben. ADHS wird im Erwachsenenalter oft überdeckt von einer Folgekrankheit wie beispielsweise einer Depression oder Angststörung. Es kann dann problematisch werden, wenn Ärzte kein Medikament für die primäre Krankheit (ADHS) verschreiben wollen, sondern einen Wirkstoff gegen die Symptome der offensichtlichen Krankheit.

Wirkt sich Ritalin bei Erwachsenen und Kindern gleich aus?

Da einer ADHS – unabhängig vom Alter – dieselben hirneurophysiologischen Prozesse zugrunde liegen, greift das Medikament bei Kindern und Erwachsenen regulierend in den dopaminergen und noradrenergen Haushalt im Gehirn ein. Dopamin und Noradrenalin sind Neurotransmitter, also Botenstoffe, die für die Signalübertragung von einer Nervenzelle zur anderen eine wichtige Rolle spielen und bei einer ADHS im Ungleichgewicht sind.

Wird das betroffene Kind erwachsen, und das Störungsbild besteht je nach Ausprägung weiter, verlagern sich die auf der ADHS basierenden, relevanten Probleme. Deshalb wird der

positive Effekt des Medikaments dann in anderen Bereichen ersichtlich. Während sich ein Kind nach Einnahme des Medikamentes im Normalfall besser konzentrieren kann und daher auch die Hyperaktivität abnimmt, gelingt es einer Familienfrau beispielsweise besser, den Haushalt zu organisieren oder weniger Impulsausbrüche zu haben, wenn die Doppel- oder Dreifachbelastung zu gross wird. Im Job kann sich der Betroffene besser auf die wesentlichen Anforderungen konzentrieren und die Fehlerquote sinkt dadurch beträchtlich. Kurz: Der Wirkmechanismus im Gehirn ist derselbe, die Auswirkungen zeigen sich in den beiden Entwicklungsstufen jedoch different.

Was raten Sie Erwachsenen, die auf Ritalin verzichten möchten?

Erwachsene sollten die Entscheidung selber treffen. Sie haben das Recht, Nein zu sagen. Bei Kindern müssen oft die Eltern diese Entscheidung übernehmen. Persönlich bin ich dagegen, jemanden zu zwingen, Medikamente einzunehmen. Es ist auch so, dass bei einer Abwehrhaltung gegenüber der Medikation die Wirksamkeit eingeschränkt ist.

Was passiert, wenn Jugendliche das Ritalin plötzlich absetzen?

In der Pubertät möchte der Jugendliche über sein Leben selbst bestimmen. Dies ist ein natürlicher Prozess. Falls er gegen seinen Willen in der Kindheit Ritalin einnehmen musste, ist sein Wunsch verständlich, dieses Medikament absetzen zu wollen.

Grundsätzlich bin ich überzeugt, dass der Pubertierende selbst bestimmen soll. Es liegt jedoch auch in der Verantwortung des Therapeuten, die Jugendlichen über die Wirkung des Medikamentes aufzuklären und sie während dieses Prozesses zu begleiten. Sollten gravierende Probleme ohne die Medikation auftreten, kann die Fachperson eine beratende Funktion ausüben. Hin und wieder versuchen Jugendliche, mit Cannabis oder Alkohol die innere Unruhe «abzustellen». Eine fatale Selbstmedikation, die abhängig machen kann und Symptome wie Konzentrationsschwierigkeiten, aggressives Verhalten oder Stimmungsschwankungen verstärkt.

Ein hilfreicher Faktor: In der Pubertät können sich die Jugendlichen für einen Beruf entscheiden, der idealerweise ihren Fähigkeiten entspricht. Auf diese Weise gelingt es vielen betroffenen Lehrlingen, das Medikament abzusetzen. Oft nehmen sie das Methylphenidat nur noch gezielt ein, das heisst, wenn sie Berufsschule haben oder lernen.