

# ADHS – Therapien

STEPHAN ODERMATT, ONLINE-WORKSHOP

1

## Standard- Therapien bei ADHS

**Der Standard besteht aus einer multimodalen Therapie:**

- Medikation
- Psychoedukation, Beratung und Begleitung (Coaching), emotionale Unterstützung
- Kognitive Verhaltenstherapie, Gruppentherapie
- Neurofeedback
- Ergotherapie
- Psychomotorik

**Keine nachgewiesene Wirksamkeit auf die Kernsymptomatik von ADHS haben z.B.**

Diäten, Nahrungsergänzungstoffe, Homöopathie, Bachblüten, Kinesiologie, Atlaslogie, u.a.

2

## Medikation

**Aufgrund der Tatsache, dass es sich bei ADHS um ein neurobiologisches Geschehen handelt, ist eine sorgfältig evaluierte Medikation in der Behandlung häufig zentral.**

**Hauptsächlich verwendet werden folgende Wirkstoffe:**

- ▶ Methylphenidat und andere Amphetamin-Präparate (Produktenamen, z.B. Ritalin, Concerta, Medikinet, Equasyn, Focalin, Elvanse) – Wirken auf Dopamin- (und Noradrenalin-)Haushalt
- ▶ Atomoxetin (Produktename: Strattera) – Wirkt auf den Noradrenalinhaushalt
- ▶ Neu: Guanfacin (Intuniv): Blutdrucksenker. Wirkt auf Nordadrenalin im PFC.

3

## Medikation

**Gut zu Wissen:**

- ▶ Medikation bei ADHS heilt nicht (Analogie Brille), ermöglicht jedoch Zugriff auf notwendige Gehirnfunktionen
- ▶ Stimulanzien wirken bei 8 von 10 ADHS betroffenen Menschen.
- ▶ Medikation wirkt auch in Einzeldosen (kein Spiegel notwendig).
- ▶ Der Spezialarzt klärt sorgfältig u.a. folgendes ab (genug Zeit dafür lassen):
  - Produkt
  - Dosierung
  - Langzeit- oder kurzzeitig wirkende Produkte und deren Kombination.

4

## Psychoedukation Coaching

- ▶ Elterntrainings
- ▶ Informationen zu ADHS und dem Umgang damit
- ▶ Coaching (Umgang, Strategien)
- ▶ Emotionale Unterstützung in schwierigen Situationen (Gespräche, Zuhören, etc.)

5

## Kognitive Verhaltenstherapie Gruppen

- ▶ Kognitive Verhaltenstherapie (Einzelsitzungen)
- ▶ Gruppentherapie (auf Verhaltenstherapie-Basis, Encountergruppen)

6