

# Aufmerksamkeitsdefizit- / Hyperaktivitätsstörung (ADHS)

Bei manchen Patienten tritt ausschließlich eine hyperkinetische Störung, bei anderen alleine eine Aufmerksamkeitsdefizit-Störung auf. Meistens bestehen jedoch Aufmerksamkeitsdefizit und Hyperaktivität gemeinsam.

[ADHS](#) ist gekennzeichnet durch erhebliche Beeinträchtigungen der Konzentrations- und Daueraufmerksamkeitsfähigkeit, Störungen der Impulskontrolle sowie Hyperaktivität oder innerer Unruhe.

Bereits im Kleinkindalter werden Symptome erkennbar, die über mindestens sechs Monate anhalten und sich in späteren Lebensbereichen – Kindergarten, Schule, Freizeit, Arbeitsplatz- – mehr oder weniger stark ausprägen. Teilweise werden Anzeichen einer [ADHS](#) erst in der Pubertät sichtbar, was besonders bei Mädchen häufig der Fall ist. Die Erkrankung hat bei manchen Patienten mit veränderter Symptomatik bis ins Erwachsenenalter Bestand. Depressionen, Sucht- und Angsterkrankungen können begleitend hinzukommen.

## Woran ist eine Aufmerksamkeitsstörung zu erkennen?

- Mühe mit Daueraufmerksamkeit z. B. bei uninteressanten Tätigkeiten oder Vorgängen: Wegdriften, abgelenkt sein, Tagträumerei, unvollständiges Arbeiten, Sorgfaltsfehler
- Vermeiden von Arbeiten, die ein geistiges Durchhaltevermögen erfordern, z. B. Schulaufgaben
- Konzentrationsschwäche und rasche Ermüdbarkeit Schwierigkeiten, zuzuhören
- Probleme mit der Organisation von Aufgaben und Aktivitäten, Dinge zu beginnen und zu Ende zu führen
- Übermäßige Vergesslichkeit: Was wollte ich gerade noch tun / habe ich gerade noch gedacht?
- Häufiges Verlieren und Verlegen von Gegenständen, z. B. Stifte, Bücher, Spielsachen
- Scheinbar fehlende Reaktion bei Ermahnungen
- Mangelnde Fähigkeit mit Stimmungsschwankungen beim Arbeiten umzugehen: kritikempfindlich, chronisch entmutigt, genervt

## Wie äußert sich Hyperaktivität?

- Gesteigerter Bewegungsdrang, z. B. Unruhe in Händen und Füßen, Mühe, ruhig sitzen zu bleiben
- Innere Unruhe bei Erwachsenen
- Koordinationsschwäche beim Bewegen (grobmotorisch), Einsatz eines enormen Kraftaufwands
- Schwierigkeiten mit leisen Freizeitbeschäftigungen, übermäßige Lautstärke beim Spielen
- Probleme, Gefahren einzuschätzen

## Woran erkennt man vermehrte Impulsivität?

- Große Ungeduld sowie Schwierigkeiten, zu warten, wenn es erforderlich ist
- Planloses, unberechenbares Handeln
- Plötzliches Antworten, noch bevor die Frage fertig gestellt ist
- Rücksichtsloses Stören und Unterbrechen, wenn andere sich unterhalten oder ruhig spielen
- Streitsüchtigkeit, Schlagen und Raufen, Klassenclown
- Übermäßiges und lautes Reden ungeachtet sozialer Beschränkung oder Angemessenheit

- Probleme bei der Übernahme von Verhaltens- und Alltagsregeln
- Niedrige Frustrationstoleranz, ungesteuerte Reaktionen bei Wut und Freude
- Probleme mit der Rücksichtnahme; auf der anderen Seite ausgeprägter Gerechtigkeitssinn

Diese Symptome sind nicht bei jedem [ADHS](#)-Patienten gleichermaßen ausgeprägt. Die Erkrankung kann sich auf sehr unterschiedliche Art bemerkbar machen. Vor allem Mädchen ist häufig von einer Bewegungssteigerung nichts anzumerken. Sie können sogar eher einen verminderten Bewegungsdrang haben und sich völlig zurückziehen.