

ADHD och ADD i skolan

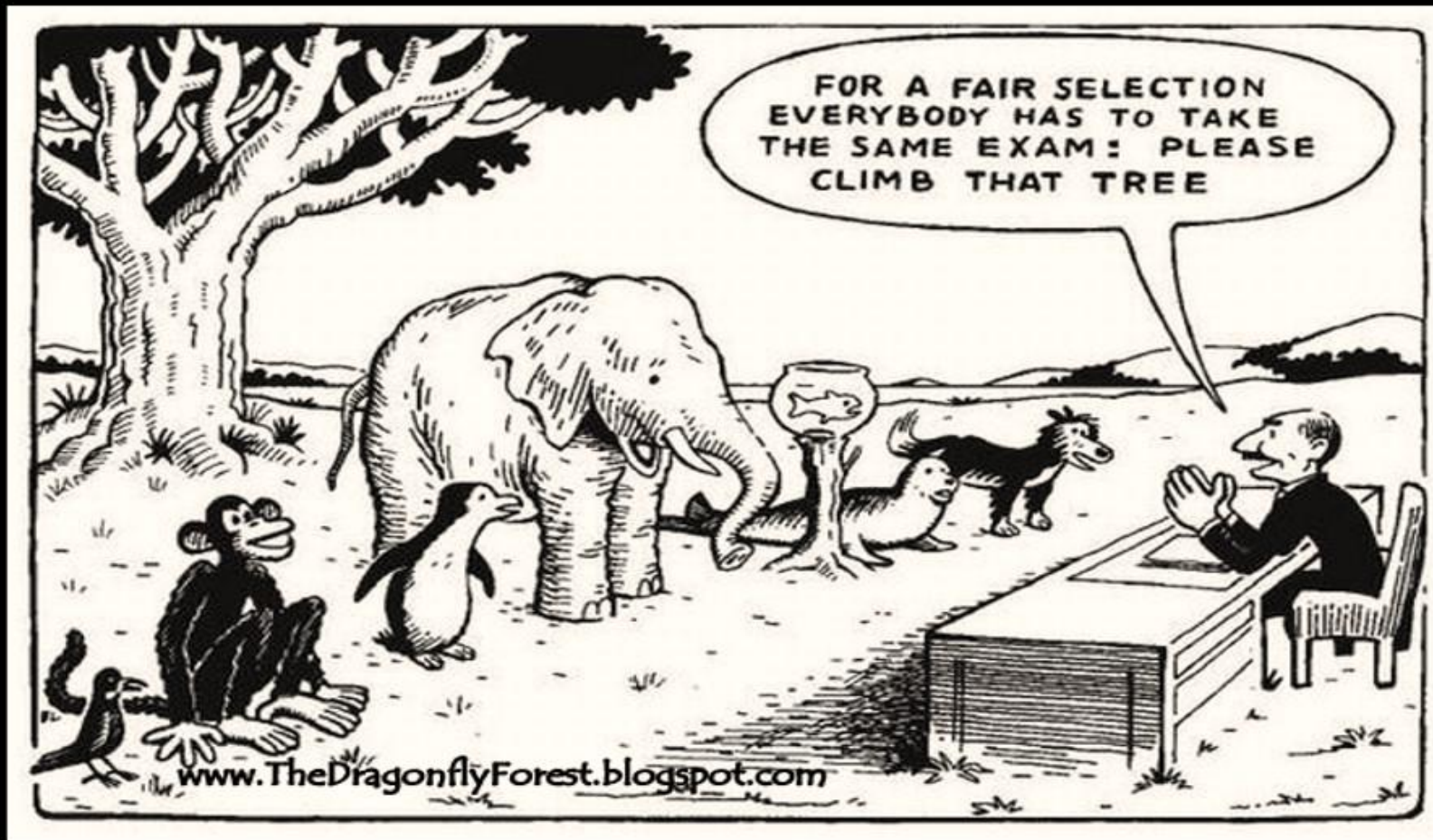
- Hur jobbar vi förebyggande med elever i riskzonen

LOTTA BORG SKOGLUND MD PHD
Associate Professor
Uppsala University

Medical Director Letterlife

<https://letterlife.se/en/>
www.borgskoglund.com





Varje individ är ett geni. Men dömer vi fisken efter dess förmåga att klättra i träd kommer den leva hela sitt liv med en känsla av utanförskap & otillräcklighet.

SMART

Vad är ADHD/ADD?

Och hur skiljer det sig mellan könen?

HYPERAKTIVITET

Pojkar – Motoriskt rörliga, störande,

Flickor – Pratsam, pillar , stressad, ångest

IMPULSIVITET

Pojkar – Olyckor, bråk, störande

Flickor – Kamratproblem, avbryter

OUPPMÄRKSAMHET

Pojkar – Verkar inte lyssna

Flickor – Missförstår



ADHD Ökar

Varför?

Ökad medvetenhet

- Fler remitteras och upptäcks
- Fler söker sig till utredning

Färre symtom leder till diagnos idag än tidigare

- Överdiagnostisering?
- Diagnosglidning

Ökade/förändrade krav i skolan?

- Fler med sårbarhet "trillar över diagnoströskeln?"
- Förenklad förklaringsmodell, med fokus på barnet ?



ADHD-Fakta i frågan

Epidemiologi

VANLIGT?

3 – 10 %

VARAKTIGT?

50 – 75 % har kvar svårigheter i vuxen ålder

VALFRITT?

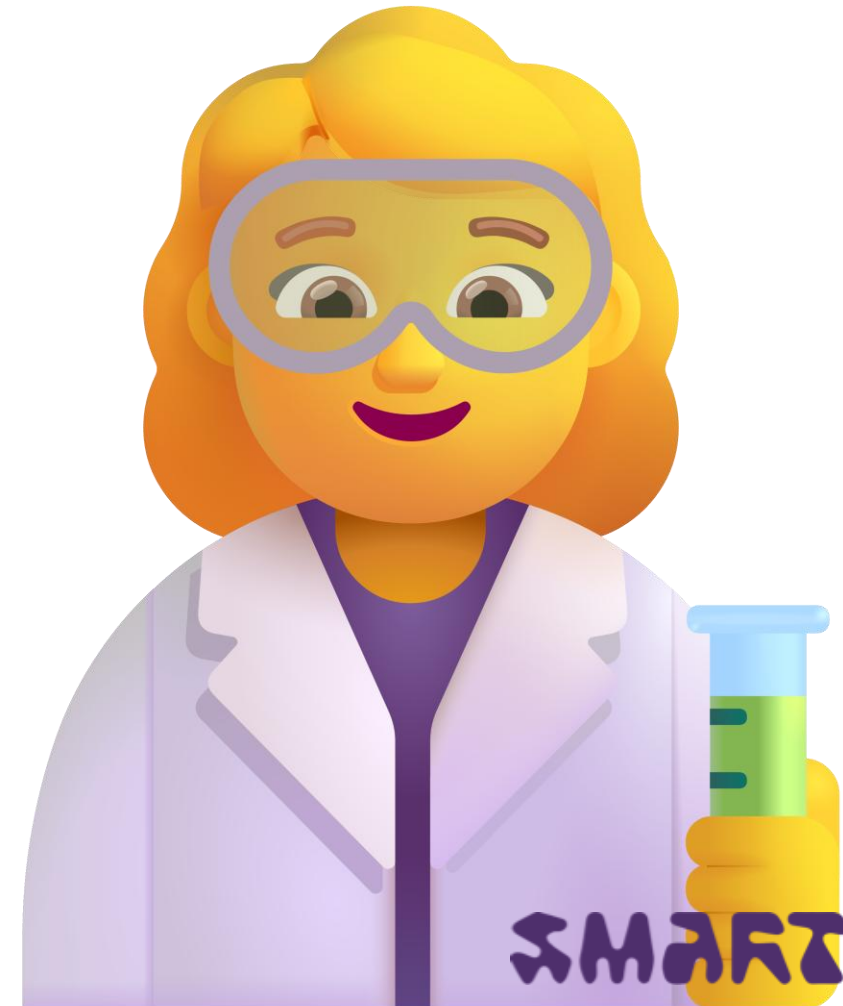
80% ärftlighet

VERKLIGT?

30–80% samsjuklighet

30% utan gymnasiekompetens

8–13 års kortare liv



Hur hänger det ihop?

ADHD gör det svårare socialt och akademiskt -> skadar självkänslan

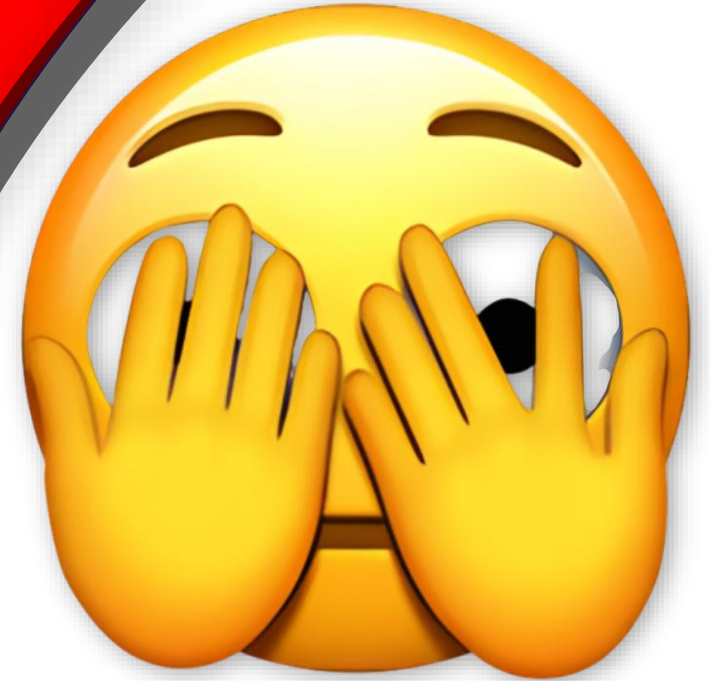
Man mår **DÅLIGT**, känner sig **DÅLIG**, hamnar i situationer & sammanhang som är **DÅLIGA**

DOPAMIN är kopplat till **ADHD**-symtom och **BEROENDEUTVECKLING**

ALKOHOL och **DROGER** ger snabba kickar, tillfällig självkänsla och bekräftelse

ADHD ökar behovet av dopaminkickar och **LÅG SJÄLVKÄNSLA** gör det svårare att sätta gränser

Utan **KUNSKAP** ökar riskerna för utsatthet, trauma, stigma och skam!



SMART

ADHD – Fakta i frågan

- skadligt bruk och beroende (SUD)

Unga med ADHD mer risktagande¹

- Tidigare debut
- Allvarligare riskbruk
- Mer kroniska problem trots fler insatser

Risk för SUD jämfört med unga utan ADHD :

- Pojkar HR 2.7–2.2 ²
- Fickor HR 2.7 ³



1. Barkley RA, et al. J Child Psychol Psychiatry 2004;45:195–211;

2. Biederman J, et al. Psych Med 2006;36:167–79;

3. Biederman J, et al. Am J Psychiatry 2010;167:409–17

Maskrosor och orkidéer



Röda flaggor

FÖRSKOLA OCH SKOLAN

- Överväldigad av "normala" krav?
- "Överbeskyddande föräldrar"?

RELATIONER

- Separationsångest?
- Kvalitet på relationer - "Bredvid-lek" – "Hjälp-jag"?
- Missar outtalade sociala regler?

LOST IN TRANSITION

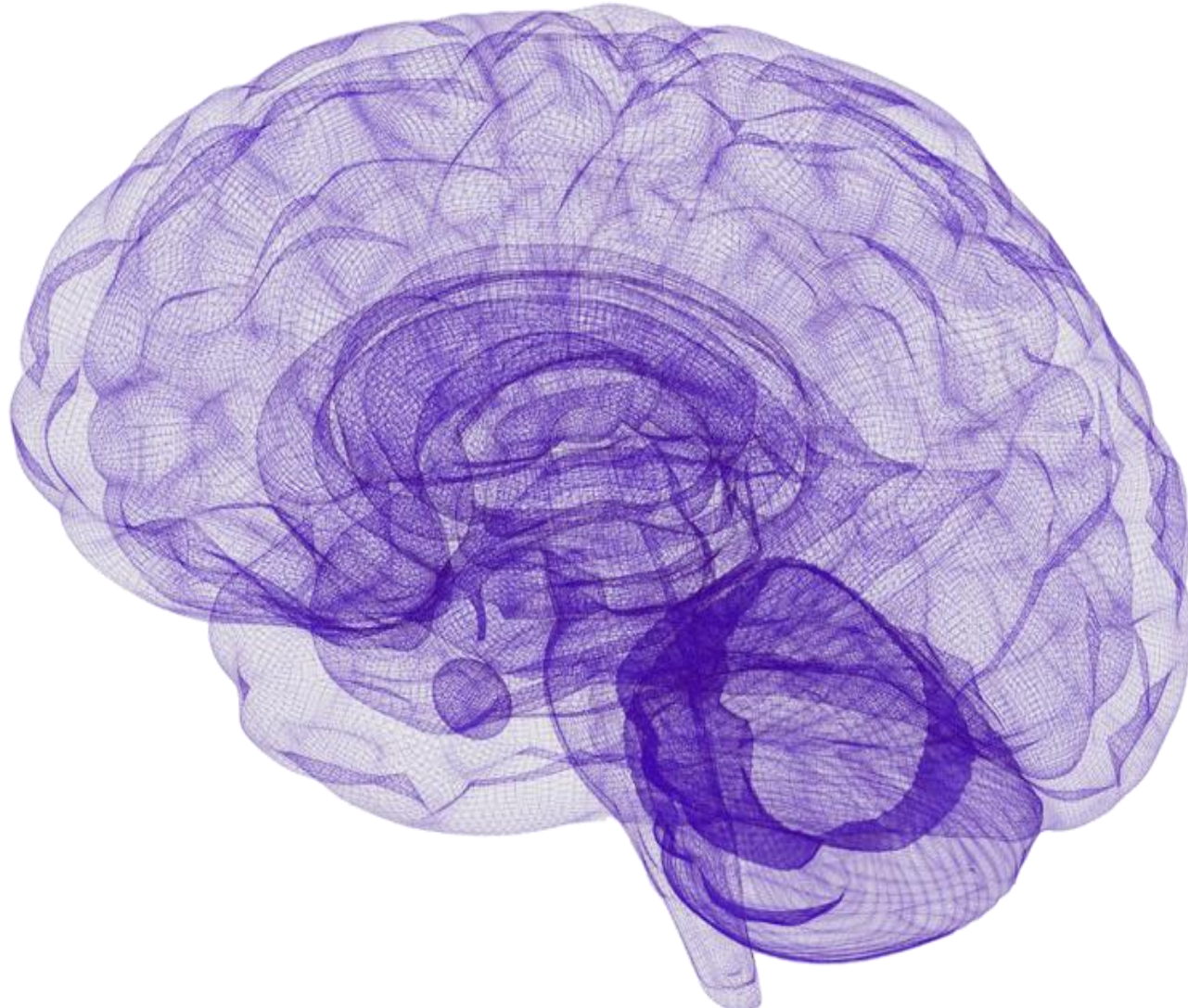
- Symtomgenombrott/oro i skolans övergångar?
- Svårare på raster/fri lek än vid organiserad aktivitet?

SAMSPELSSVÅRIGHETER

- Anstränger sig för mycket, talar för högt, håller på för länge?



Alla hjärnor är olika!



SMART

Att fungera annorlunda



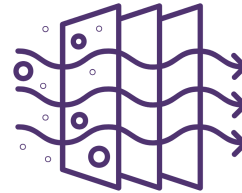
ÖVERBLICKA

EXEKUTIV FUNKTION,
META-KOGNITION,
CENTRAL COHERENS



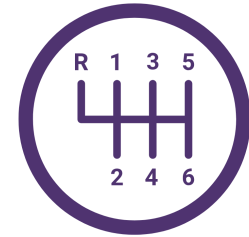
REGLERA

SJÄLVREGLERING,
IMPULSIVITET,
KÄNSLOREGLERING,
VIGILANS



FILTRERA

PERCEPTION-
PROPROPCEPTION &
INTEROCEPTION.



VÄXLA

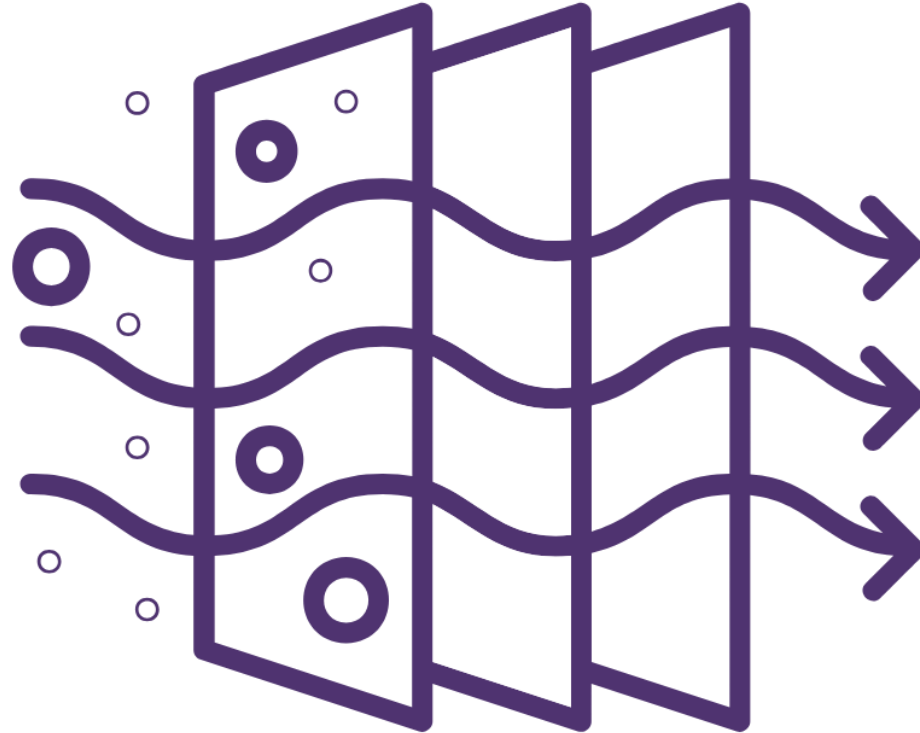
KOGNITIV FLEXIBILITET



SMART



SMART

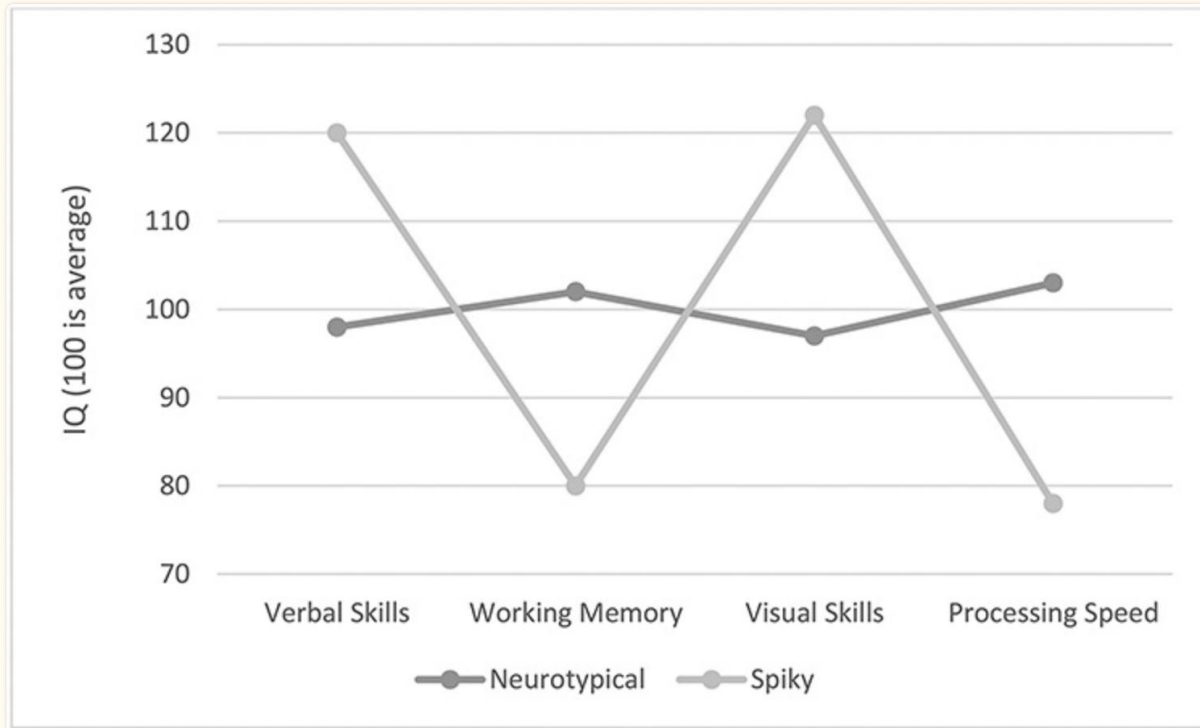


SMART



SMART

Barnet kanskje har en "spretig profil"?



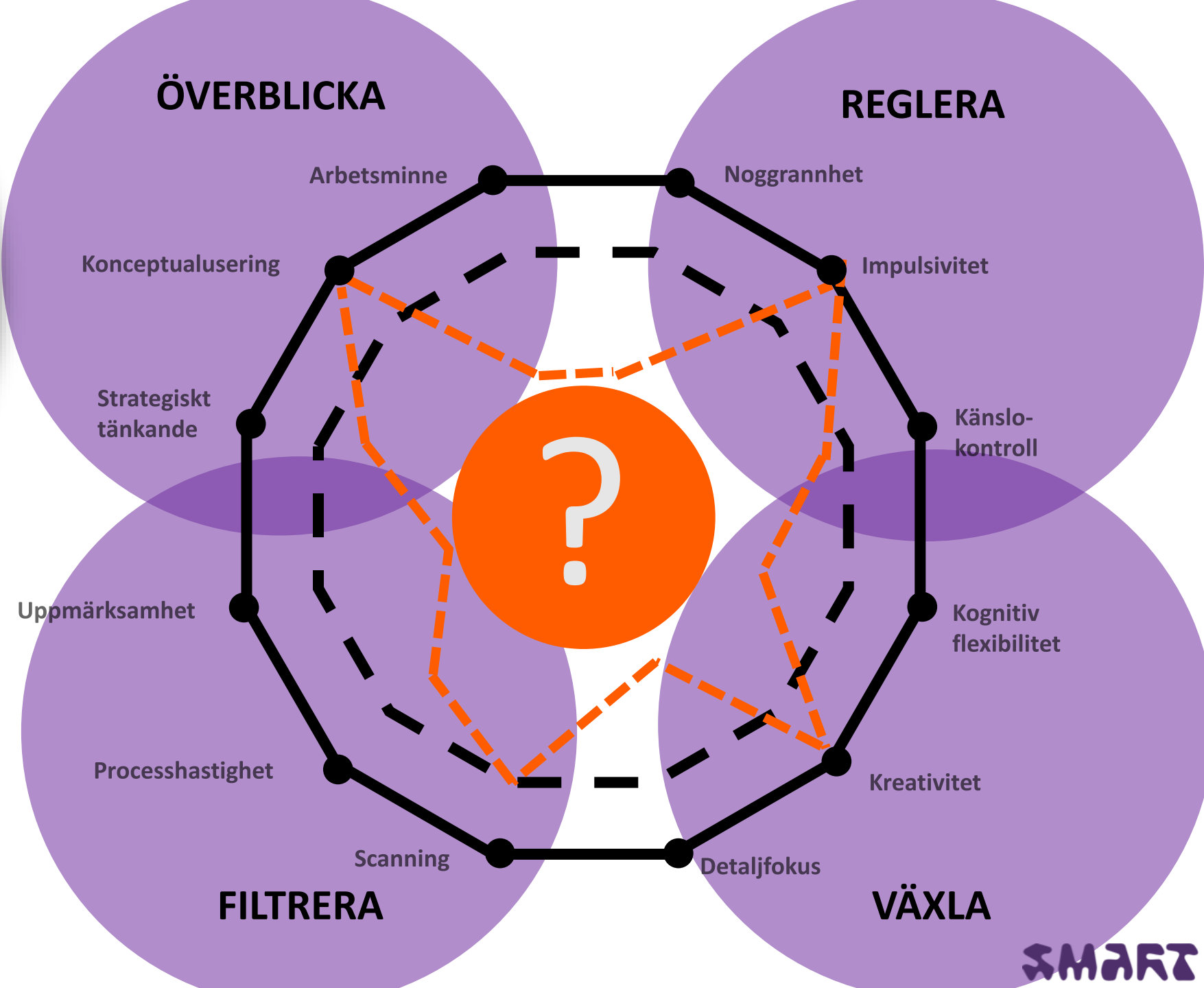
[Fig.1](#)

A 'Spiky Profile' showing example IQ scores.

Utmaningar eller styrkor?

Utmaningar OCH styrkor!

Funktionskartan



Man får

Dåliga råd

TÄNK INTE SÅ MYCKET!

ÄT TILLS DU ÄR MÄTT!

SOV TILLS DU ÄR PIGG!

SÄG VAD DU TYCKER!

LITA PÅ DIN MAGKÄNSKLA

GÖR DET DU KÄNNER FÖR!

ENERGIDRYCK, VITT SNUS, CANNABIS...



Jag behöver en dag mellan varje dag för att återhämta mig från dagen innan och förbereda mig för dagen som kommer!

SMART

Fyra Tips

För dig som vill jobba NPF-Smart



KONTROLLTORNS SUPPORT

Sätt ord på saker, roller och förväntningar. Stäm av!



SERVO FÖR VOLYMKNAPPEN

Känsloreglering. Lagom är bäst! Undvik extremlägen!



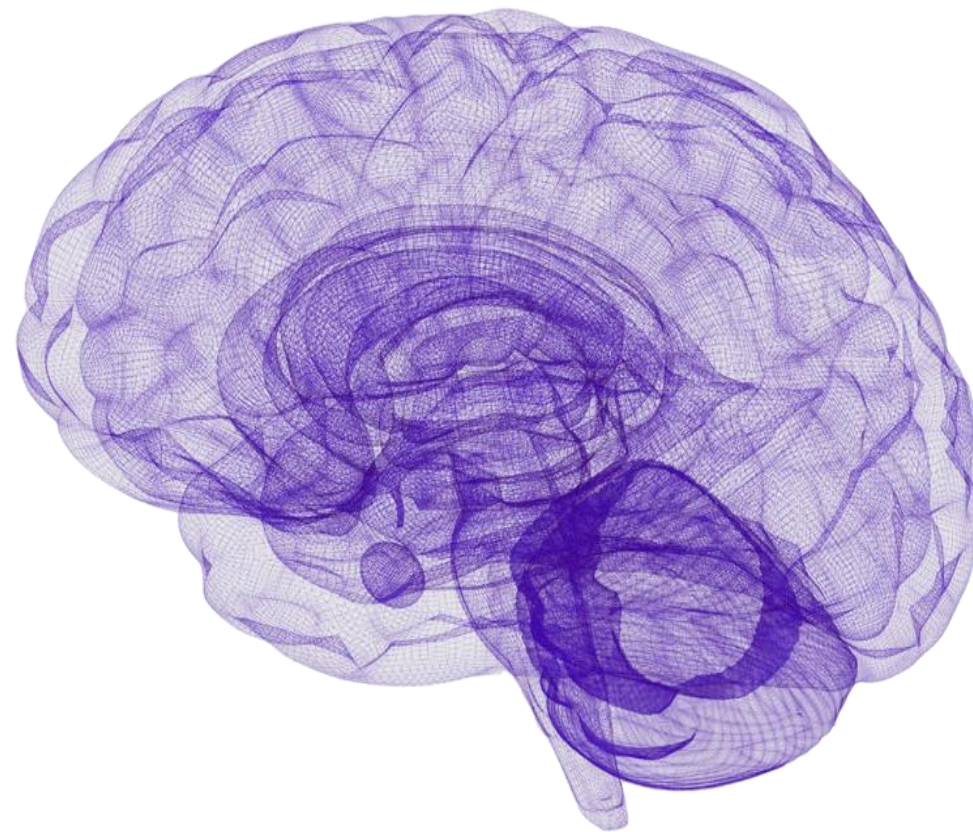
FÖRSTÄRKT VIRUSFILTER

Sanera intryck och planera in återhämtning!



VÄXELLÅDA

Hjälp att nyansera, tolka och ta andra perspektiv!



SMART

Tidig diagnos

och behandling skyddar!

Cohort 2005 – 2014 N = 40358 (10 % with ADHD)

Population risk	20 %
Stimulant treatment before age 9*	25 %
Stimulant treatment between age 10 – 14*	40 % P<0.001 vs controls
Stimulant treatment after age 15**	50 % P< 0.001 vs controls

Kunskap är makt!

Med mer kunskap kan:

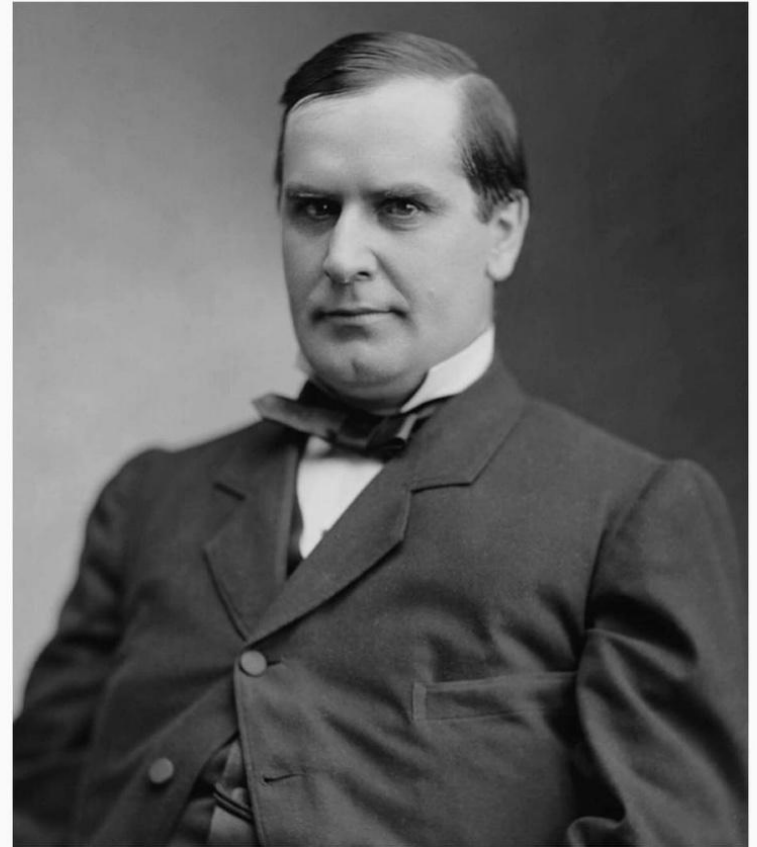
Fler barn och unga kan nå sin fulla potential!

Vi skiljer på prestation och funktion!

Vi kan undvika stress, utmattning och uppgivenhet!

Vi motverkar utanförskap och arbeta förebyggande mot skadligt bruk och beroende!

Det är upp till oss att skapa en skola för **ALLA!**



Många hanterar sin stress med yoga,
långa promenader och meditation.
Jag föredrar sarkasm, kaffe och att be
folk dra åt helvete.

Sammanfattning

ALLA HJÄRNOR ÄR OLIKA!

Alla kan hamna i utanförskap och ingen är vaccinerad mot skadligt bruk och beroende

Risk är högre om man:

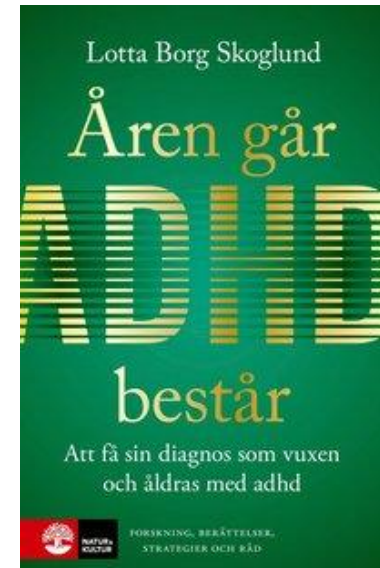
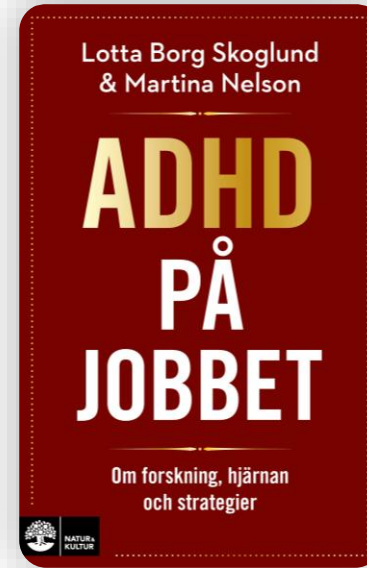
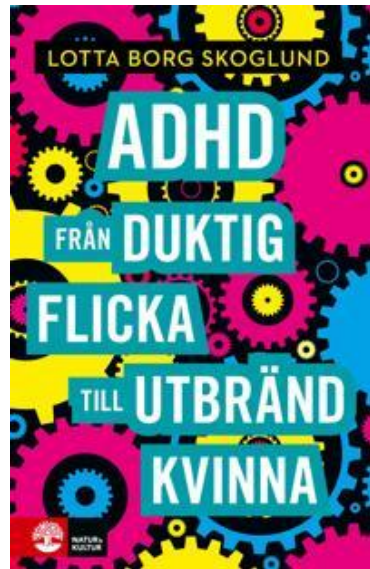
- Har ADHD
- Utvecklar samsjuklighet
- Har ärftlighet
- Har en hjärna i utveckling

Tidig upptäckt och insatser är nyckeln!

Men tidiga insatser måste vara RÄTT insatser...



TACK! FRÅGOR?



www.smartpsykiatri.se

SMART