

Werkstuk Scholieren.com

Werkstuk Biologie ADHD

Jennifer

Wat is tijd?

Met ADHD verandert tijd in een zwart gat. ADHD'ers hebben constant het gevoel dat alles op hetzelfde moment gebeurt. Dit zorgt voor een gevoel van innerlijke beroering en zelfs paniek. De ADHD'er verliest hierdoor vaak perspectief en de mogelijkheid prioriteiten te stellen. Daarom is hij/zij altijd bezig, met als hoofddoel het proberen te voorkomen dat zijn/haar wereld instort.

Win

een weekend Breda met 3 vrienden en...

ontdek de leukste studentenstad van het zuiden!

KLIK HIER →

OPEN DAG 7 november a.s.

Aangeboden door: **NHTV** internationaal hoger onderwijs Breda



een weekend Breda met 3 vrienden en...
Ontdek de leukste stad van het zuiden!
Aangeboden door: NHTV Internationaal hoger onderwijs Breda
OPEN DAG 7 november a.s.

scholieren
.com

ADHD'ers hebben ongelooflijk veel problemen met stilzitten, plannen, wachten en het afronden van taken. Zij zijn zich 24 uur per dag bewust van hetgeen er om hen heen gebeurt. Voor hun familie, klasgenoten of collega's lijken zij te bestaan uit een wervelwind van ongeorganiseerde of dolle activiteiten. Soms gedragen zij zich ineens 'normaal', wat anderen doet denken dat de ADHD'er zijn/haar gedrag best onder controle kan houden "als hij/zij maar wil". Het resultaat hiervan is dat ADHD de relatie met anderen verstoort, niet alleen omdat de ADHD'er beslag legt op bezigheden in het dagelijks leven van anderen, maar ook omdat hij/zij de eigenschap heeft alle energie uit iemand te onttrekken en andermans gevoel van eigenwaarde te ondermijnen.

ADHD, ooit hyperkinese of Minimal Brain Dysfunction (MBD) genoemd, is een van de meest voorkomende hersenstoornissen bij kinderen. Ongeveer 3 procent heeft ADHD. ADHD gaat niet over, maar een aantal volwassenen heeft ermee leren leven: dankzij passend werk, een georganiseerde partner of minder specifieke eisen aan 'de kwaliteit van het leven'. Ongeveer 2 procent van alle volwassenen (18 +), ongeveer 240.000 inwoners van Nederland, lijdt echter dagelijks aan de effecten die concentratieproblemen, hyperactiviteit en impulsiviteit hebben op hun bestaan. Deze mensen kijken vaak verbitterd terug op een leven vol mislukkingen, niet-uitgekomen dromen en emotionele pijn.

Het meest schrijnende is dat er van die 240.000 nog maar een paar duizend gekend zijn met ADHD. Merendeel loopt in zijn/haar leven vast, niet wetende wat hem/haar mankeert. Anderen krijgen de standaard-diagnoses manisch-depressief of borderline personality, maar kunnen hiermee niet uit de voeten, omdat zij niet manisch-depressief zijn en geen borderline persoonlijkheidsstoornis als hoofdprobleem hebben.

Maar er is hulp... en hoop. De laatste tien jaar zijn wetenschappers veel te weten gekomen over de oorzaak van ADHD en hebben methoden ontwikkeld ADHD te herkennen bij kinderen, pubers en volwassenen, en er zijn behandelingsplannen opgesteld: een combinatie van medicijnen, gedragstherapie en technieken die mensen met ADHD kunnen helpen hun aandacht te richten, hun zelfvertrouwen weer op te bouwen en te functioneren op een nieuwe, meer gestructureerde manier.

ADD

snel afgeleid zijn door irrelevante dingen en geluiden;
moeite hebben met plannen en organiseren;
problemen hebben met taken afmaken en deadlines halen;

falen in het concentreren op details en hierdoor slordige fouten maken;
zelden instructies nauwkeurig en compleet opvolgen;
verliezen of vergeten van dingen als sleutels, portemonnee, reisdocumenten en spullen die nodig zijn om een taak uit te voeren.

Dit type wordt ADD genoemd. Hier ontbreekt dus de H van hyperactiviteit.

Inmiddels zijn onderzoekers het erover eens dat ten minste 40 procent van alle mensen met ADHD (dit zijn met name vrouwen) alleen de concentratieproblemen hebben. Deze personen leiden een leven vol frustraties, niet alleen omdat zij blijken te falen in vrijwel alles wat zij ondernemen, maar ook omdat zij vaak worden bestempeld als lui, dom en ongeïnteresseerd. Feit is dat mensen met ADD zichzelf er niet toe kunnen brengen om iets te willen. Dat kost hen ongelooflijk veel meer energie dan anderen. ADD'ers zonder hyperactiviteit en impulsiviteit worden helaas nog nauwelijks gediagnosticeerd, omdat zij niet opvallen door lastig gedrag.

Oorzaken

AD/HD, het gecombineerde type, met zowel symptomen van aandachtsproblemen en hyperactiviteit-impulsiviteit.

ADD, met voornamelijk concentratieproblemen. Symptomen: aandachts- en concentratieproblemen, chronische verveling, zeer lage motivatie, verstrooidheid en een laag energieniveau.

Het klassieke voornamelijk hyperactieve subtype, met alle kenmerken van hyperactiviteit, maar met minder dan zes symptomen van aandachtsproblemen.

Overfocused ADD, met symptomen als problemen de aandacht te verleggen van het ene naar het andere onderwerp, cognitieve inflexibiliteit, problemen met veranderingen, excessief piekeren en opstandig en twistziek gedrag.

Slaapkwab-ADD, met als symptomen: onoplettendheid en/of hyperactiviteit-impulsiviteit en stemmingswisselingen, agressie, milde achterdochtigheid, angst met weinig aanleiding, atypische hoofdpijn of buikpijn, visuele of auditieve waanbeelden en leerproblemen (voornamelijk lezen en auditieve verwerking van informatie).

Limbische ADD - het depressieve subtype, met symptomen van onoplettendheid en/of hyperactiviteit-impulsiviteit en negativiteit, depressie, slaapproblemen, lusteloosheid, laag zelfbeeld, sociale isolatie, lage motivatie en hoge prikkelbaarheid.

Ring-van-vuur-ADD - het explosieve subtype (10% - 15% van alle mensen met ADHD - genaamd naar het patroon wat SPECT-scans van de hersenen van deze mensen laten zien). De symptomen van deze afwijkende vorm van ADHD zijn o.a. ernstig oppositioneel gedrag, grote afleidbaarheid, irritatie, opvliedendheid en stemmingswisselingen. Het vermoeden is dat deze vorm bij kinderen een vroege aanwijzing is van manisch-depressiviteit.

ADHD veroorzaakt door hersenbeschadiging, voornamelijk van van de linkerprefrontale cortex (hersenschors). De symptomen (zichzelf in het gareel te houden, aandachts-, concentratie-, organisatie- en uitvoeringsproblemen) ontstaan of verergeren in het jaar na het hoofdletsel.

Wat doet Ritalin?

Ritalin stimuleert het centraal zenuwstelsel. Men weet nog steeds niet hoe het medicijn precies werkt, maar gaat ervan uit dat het de voorhoofdskwab (het "opdrachtcentrum" in de hersenen) en de hersenstam (het systeem dat prikkels (de "opdrachten" opvangt en selecteert in actie of afremmen) via de neurotransmitters dopamine en norepinefrine/noradrenaline activeert. Ritalin bevordert de tijdelijke afgifte, maar niet de aanmaak van deze neurotransmitters en werkt daarom slechts korte tijd. Als de aanwezige dopamine en norepinefrine/noradrenaline op zijn, werkt het uit totdat het lichaam een nieuwe voorraad heeft aangemaakt. Inkomende prikkels worden door Ritalin eenvoudiger gefilterd, met als gevolg de mogelijkheid je gedachten op één ding te focussen in plaats van op alles wat er om je heen en in je hoofd afspeelt. Eenvoudig gezegd: de remfunctie van de hersenen wordt versterkt.

Een nieuwere en waarschijnlijker verklaring (Hartmann, 1995) is, dat ADHD'ers juist ondergestimuleerd zijn en dat hyperactiviteit een zoektocht is naar prikkels (het idee als zodanig is niet nieuw (H.Selye, The Stress of Life, 1956; M.Zuckerman, Sensation Seeking, 1979) maar pas nu tot ADHD-kringen doorgedrongen). Ritalin verschaft dan tijdelijk die stimulerende prikkels. Deze laatste zienswijze verklaart zowel het "uitstel- en afstelsyndroom" (alles wat niet acuut in een crisissituatie verkeert is niet voldoende stimulerend om aan de gang te gaan) alsook de hang van ADHD'ers naar opwinding en gevaar. (Zie daarbij niet over het hoofd, dat gevaar een relatief begrip is. Door hun hoge reactiesnelheid, hun vermogen om op alles tegelijk te letten en hun hoge intelligentie zijn "gevaarlijke" activiteiten voor deze ADHD'ers vaak minder gevaarlijk dan voor anderen het doen van de dagelijkse boodschappen).

Zijn er op de langere termijn bijwerkingen te verwachten van Ritalin?

Dit is een belangrijke vraag, omdat veel kinderen voor jaren aan de medicijnen vastzitten. Daarbij is het een beangstigende vraag. Ik heb nog nergens objectieve informatie hierover kunnen vinden. Voor mij is al wel het volgende duidelijk. Hoewel moeilijker vast te stellen dan lichamelijke bijwerkingen, hangen er vast en zeker emotionele en psychologische consequenties vast aan een kind het etiketje ADHD op te plakken en hem/haar medicijnen te geven. Opgroeien met een dergelijke diagnose en behandeling wordt een permanent deel van het kinds gezondheidsdossier en goede schoolresultaten zullen hem/haar maar zelden helpen een gevoel van zelfvertrouwen en zelfrespect op te bouwen. In 1993 vroeg

kinderarts en -neuroloog Dr. Fred Baughman in het AMA journal zich al af: “Wat is het gevaar van deze kinderen laten geloven dat er iets mis is met hun hersenen wat het voor hun onmogelijk maakt zichzelf te controleren zonder een pil? Wat is het gevaar van het hebben van de belangrijkste volwassenen in hun leven, hun ouders en leerkrachten, die dit ook geloven?”

Weer anderen vragen zich af wat het impliceert wanneer je een kind vertelt: “Ga niet roken, gebruik geen drugs, maar vergeet niet je gedragscontroleerende, bewustzijnsveranderende medicijnen in te nemen voor de lunch.” Wat gebeurt er met kinderen wanneer de volledige medische wetenschap hen vertelt medicijnen te nemen om op die manier hun gedrag onder controle te houden? Hoe zullen kinderen ooit leren hun emoties te onderkennen en hiermee op een goede manier leren omgaan wanneer hen verteld wordt medicijnen te nemen die hun scala aan emoties afzwakken?

Zoals elk stimulerend middel, veroorzaakt Ritalin steeds opnieuw “afkickverschijnselen”, zoals “instorten” door depressieve gevoelens, uitputting, vervreemding, geïrriteerdheid en zelfmoordgedachten. Ouders (en gebruikers) zullen dit meestal niet als “afkickverschijnselen” zien, maar als aanwijzing dat de “ADHD-stoornis” zo ernstig is dat er weer (en meer) medicijnen moeten worden ingenomen.

Bekende (historische) adhd'ers:

Alexander Graham Bell - Uitvinder van de telefoon, handelsman

Napoleon Bonaparte - Zelfgekroond keizer

Herman Brood - Rock & Roll Junky, kunstenaar

Jim Carrey - Acteur

Bill Clinton - President van de VS