

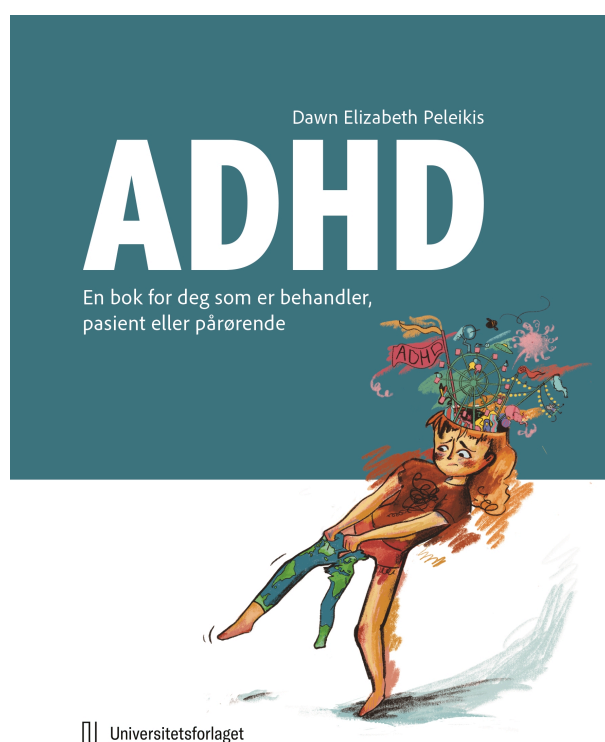
# Litt for enkelt om ADHD



Daniel A. Jensen  
Betanien Sykehus

Forfatterens engasjement for ADHD er inspirerende, men boken er for kortfattet og springende til at den kan anbefales.

Ingen oppgitte interessekonflikter



**BOK** *ADHD: En bok for deg som er behandler, pasient eller pårørende*

**FORFATTER** Dawn Elizabeth Peleikis

**ÅR** 2024

**FORLAG** Universitetsforlaget

**SIDER** 168

ADHD er et komplekst fenomen som påvirker alle aspekter av livet til den som lever med tilstanden, og som også preger forholdet til familie, venner og annet nettverk. Kompleksiteten reflekteres også i forskning på ADHD og behandling, der man i senere tid har fokusert på tema som strukturering av hverdagen, søvn og emosjonsregulering. Andre viktige tema inkluderer kjønnsforskjeller, utvikling og endring i symptompresentasjon gjennom livsløpet, og om effekten av medikamentell behandling endrer seg over tid. Forfatter og overlege Dawn Peleikis forsøker å fange denne kompleksiteten i boken *ADHD: En bok for deg som er behandler, pasient eller pårørende*, og er i løpet av drøyt 150 sider

innom både disse temaene og en rekke andre. Jeg mener at Peleikis lykkes med å gi et godt inntrykk av de mange ulike situasjonene og settingene der det kan være nyttig å ta hensyn til at man lever med ADHD. I tillegg får hun frem hvor viktig det er at behandlere i helsevesenet tar hensyn til tilstanden og gjør nødvendige tilpasninger underveis. Boken legger også vekt på viktigheten av å finne frem til en felles forståelse og å bygge et gjensidig engasjement for å unngå utfordringer i samarbeidet. Peleikis demonstrerer dette i praksis ved å skrive en bok med et relativt enkelt og muntlig språk, og med hyppig variasjon.



## Mye om svært lite

Nettopp det at boken er så kortfattet og springende, er kanskje også det største ankepunktet mot den. At ADHD påvirker så mange ulike funksjoner, valg og vaner, fører gjerne til høy grad av variasjon i fungering på tvers av situasjoner og over tid. Det oppleves dermed som lite givende, og tidvis også vanskelig å forstå, når store og viktige tema som vansker med emosjonsregulering avspises med en halv side, der det beskrives at dette er et «kjent fenomen», at sterke følelser kan oppstå «helt uten forvarsel og med manglende pågående refleksjoner», og at det å være overveldet av vanskelige følelser «kan i verste fall føre til svært uheldige konsekvenser». Opplevelsen av slike følelser blir illustrert gjennom et tenkt scenario. Heller enn å følge opp dette eksempelet med mer informasjon om hvordan reguleringsvanskene kan forstås, og hva man kan gjøre for å redusere slike utfordringer, avsluttes avsnittet, og boken går videre til neste tema, «ADHD-medisiner i Norge». Her burde forfatteren nevnt at slike medisiner tilsynelatende har en viss effekt på emosjonsreguleringsvansker, men at denne er mer beskjeden enn effekten disse medisinene har på kjernesymptomene (Lenzi et al., 2018; Schwartz & Correll, 2014).

Den gjennomgående leseopplevelsen er at ulike sentrale tema og utfordringer nevnes, men at forfatteren så går videre uten å tilby informasjon som kan lette forståelsen eller bidra til å redusere vansker. Som behandler sitter jeg stadig igjen med forventninger om at det vil komme nyttige tips, og en påfølgende forvirring når boken plutselig dreier inn på et nytt tema. Jeg antar at mange pasienter og pårørende vil kunne oppleve det samme. Jeg tror også at enkelte av Peleikis' betraktninger rundt hva en burde kunne forvente av et behandlingsforløp, kan gjøre pasienter skuffet i møte med behandlingsapparatet, i alle fall det offentlige. «En psykodynamisk tilnærming, hvor vi gjerne tar utgangspunkt i tidligere kjernefamilie og utforsker nærmere om pasienten gjentar eller repeterer gamle relasjonelle mønstre som voksen i sine nye intime og nære relasjoner, blir viktig.» Det er vanskelig å se for seg at formuleringer som denne i særlig grad vil brukes under utredning og behandling av ADHD ved en DPS.

## Uutnyttet potensial

Det ligger mye uutnyttet potensial i bokens kasusbeskrivelser. Her forsøker Peleikis å levendegjøre skildringer av ulike utfordringer, og dette fungerer absolutt for å bryte opp teksten og gjøre den mer engasjerende. Dessverre oppleves det igjen som at innholdet lider under forsøk på å kondensere kunnskapen mest mulig. Etter en kort symptombeskrivelse som gir mistanke om en ADHD-diagnose, beskrives det gjerne at psykoedukasjon, behandling, arbeid med rutiner eller lignende førte til en bedring. Jeg savner informasjon om innholdet i intervensjonene, hvordan arbeidet er strukturert, utfordringer og forbedringer underveis og andre slike konkrete tips.

Totalt sett oppleves Peleikis' engasjement for personer med ADHD og behandling av disse som inspirerende, og ideen om å skrive en bok som kan være et felles utgangspunkt for dialog mellom behandlere, pasienter og pårørende, er god. Dessverre lever boken bare i begrenset grad opp til ambisjonene, og den kan dermed ikke anbefales. Alternativer som Sverre Hoems *Håndbok for voksne med ADHD*, er atskillig mer omfattende og vil kreve mer innsats – men vil nok for mange oppleves som mer givende.



## Referanser

- Lenzi, F., Cortese, S., Harris, J. & Masi, G. (2018). Pharmacotherapy of emotional dysregulation in adults with ADHD: A systematic review and meta-analysis. *Neuroscience and Biobehavioral Review*, 84, 359–367. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2017.08.010>
- Schwartz, S. & Correll, C. U. (2014). Efficacy and Safety of Atomoxetine in Children and Adolescents With Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder: Results From a Comprehensive Meta-Analysis and Metaregression. *Journal of the American Academy of Child and Adolescent Psychiatry*, 53, 174–187. <https://doi.org/10.1016/j.jaac.2013.11.005>