

# Vårdprogram leder till bättre insatser för personer med ADHD

## Annika Brar

Psykiater, verksamhetschef VO Autism & ADHD, Rehabilitering & Hälsa, Stockholms läns landsting.  
E-post: annika.brar@sll.se.

Medvetenheten om ADHD och andra utvecklingsrelaterade kognitiva funktionsnedsättningar har ökat i samhället under de senaste åren. Antalet barn, ungdomar och vuxna som diagnostiserats med ADHD ökar alltså. Samtidigt finns en växande kunskap om effektiva behandlings- och stödinsatser. Dock har det funnits stora skillnader i utbudet av behandling och stöd i olika delar av landet, och även mellan olika verksamheter i samma landsting.

Ett sätt att göra hälso- och sjukvården mer likvärdig och evidensbaserad är att ta fram vårdprogram och riktlinjer för olika målgrupper. Under de senaste åren har flera landsting i Sverige publicerat vårdprogram om ADHD. Ett exempel är Regionalt Vårdprogram ADHD, lindrig utvecklingsstörning och autismspektrumtillstånd hos barn, ungdomar och vuxna som publicerades i Stockholms läns landsting 2010.

Vårdprogrammet vänder sig i första hand till personal i hälso- och sjukvård som utreder, behandlar och ger stöd till barn, ungdomar och vuxna med dessa funktionsnedsättningar, det vill säga allmän och specialiserad barnsjukvård, barn- och ungdomspsykiatri, rehabilitering, vuxenpsykiatri, beroendevård och primärvård. Det kan också läsas av andra, exempelvis personal i skola och

annan kommunal verksamhet, försäkringskassa, arbetsförmedling, personer med egen diagnos och deras närstående, politiker och beslutsfattare.

Viktiga syften med programmet är att på ett väsentligt och grundläggande sätt bidra till kunskapsbaserad och likvärdig vård för personer med ADHD, lindrig utvecklingsstörning och autismspektrumtillstånd och att utgöra ett brett kunskapsunderlag för all personal som kommer i kontakt med dessa målgrupper.

Vårdprogrammet innehåller bland annat en kunskapsöversikt om varje funktionsnedsättning samt riktlinjer och rekommendationer om utredning/diagnostik samt insatser för behandling och stöd för barn och ungdomar respektive vuxna.

## Rekommenderade insatser vid ADHD i Stockholms läns landsting

Behovet av insatser varierar kraftigt mellan olika individer med ADHD. Inför val av behandling och stödinsatser måste en individuell bedömning göras och hänsyn tas till familjens eller den vuxnes egna önskemål.

Sammanfattningsvis rekommenderas en eller flera av följande insatser för barn och ungdomar med ADHD:

- Grundläggande föräldrautbildning bör erbjudas alla föräldrar till barn som får ADHD-diagnos. Ges med fördel i grupp, manualiserade program finns. Även barnet själv, syskon, mor- och farföräldrar och personal i förskola/skola behöver information.
- Föräldraträning för föräldrar till barn med svårare ADHD, med fokus på föräldrafärdigheter och positiv kommunikation. Manualiserade program finns.
- Stöd i förskola/skola; anpassning av fysisk miljö, bemötande och pedagogik.
- Kognitivt stöd; strategier och hjälpmedel som underlättar vardagen i skolan, på fritiden och hemma.
- Läkemedelsbehandling; rekommendationer utgår från Läkemedelsverkets riktlinjer för behandling av ADHD 2009.
- Psykologiska insatser till barnet; exempelvis samtal om diagnosen och dess konsekvenser, strategier, självbild samt behandling av tilläggsproblem.
- Neurokognitiv träning; datoriserad arbetsminnesträning kan prövas.
- Intresseföreningen Attention erbjuder informationsmaterial, litteraturtips och kontakt med andra familjer i liknande situation.

För vuxna med ADHD rekommenderas en eller flera av följande insatser:

- Utbildning och information om ADHD, gärna i form av patient- och närståendeutbildning i grupp.

- Läkemedelsbehandling; rekommendationer utgår från Läkemedelsverkets riktlinjer för behandling av ADHD 2009.
- Psykologisk behandling; beteendeterapi/KBT speciellt utformad för vuxna med ADHD, med inslag av psykopedagogik, färdighetsträning och känsloreglering.
- Behandling av psykiatrisk samsjuklighet, exempelvis ångest, depression, missbruk.
- Neurokognitiv träning; datoriserad arbetsminnesträning kan prövas (vuxenstudier saknas dock).
- Kognitivt stöd; strategier och hjälpmedel som underlättar vardagen i skolan, på fritiden och hemma.
- Anpassning av studier/arbete.
- Konkret stöd i hemmet via exempelvis kommunal boendestödjare.
- Stöd till närstående, särskilt minderåriga barn.
- Hjälp med samordning av insatser.
- Intresseföreningen Attention erbjuder informationsmaterial, litteraturtips och kontakt med andra i liknande situation.

## Implementering av riktlinjer

Berörda verksamheter inom hälso- och sjukvården har själva ansvar för implementering av vårdprogrammets riktlinjer. I regel har hittills mer aktiva åtgärder behövts inom verksamheter för vuxna, där kunskapen om ADHD är relativt ny. Inom ramen för ett neuropsykiatriskt utbildningsprojekt har personal i psykiatri och beroendevård erbjudits utbildningar kring utredning/diagnostik och behandling/stöd enligt

tema

vårdprogrammets rekommendationer. De psykiatriska klinikerna har koordinatörer utsedda för att underlätta implementering inom den egna verksamheten. Vårdprogrammet har också tillgängliggjorts i kortare webbformat för psykiatri; [www.psykiatristod.se](http://www.psykiatristod.se) och primärvård; [www.viss.nu](http://www.viss.nu).

Sedan vårdprogrammet publicerades i juni 2010 har insatserna för barn, ungdomar och vuxna med ADHD i Stockholms län förbättrats, men utbudet är ännu varierande över länet. Tillgången till vissa insatser är fortfarande mycket begränsad, exempelvis kognitivt stöd och hjälpmedel för barn och ungdomar där ansvarsfrågan ännu är olöst.

Vårdprogrammet finns att ladda ner eller beställa i sin helhet via [www.vardsamordning.se](http://www.vardsamordning.se). Många tusen exemplar har beställts från olika delar av landet och inspirerat till liknande vårdprogram i andra landsting. Under 2013 kommer Socialstyrelsen att publicera en nationell vägledning om ADHD för yrkesverksamma i bland annat hälso- och sjukvård, kommunal verksamhet, försäkringskassa, arbetsförmedling och kriminalvård.

## Referenser

Regionalt vårdprogram ADHD, lindrig utvecklingsstörning och autismspektrumtillstånd hos barn, ungdomar och vuxna. Stockholms läns landsting 2010.