



schreibt mal über...

## ADS bei Erwachsenen

*Einer Freundin von wir eltern-Leserin Andrea R. wurde vor einigen Wochen die Diagnose ADS gestellt, und sie bekam Ritalin verschrieben. «Ich dachte, ADS gebe es nur bei Kindern», schreibt Andrea R. erstaunt.*

**A**uch die Fachwelt glaubte jahrzehntlang, dass sich das Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom (ADHS oder ADS) auswächst und bei Erwachsenen keine Rolle mehr spielt. Der amerikanische ADHS-Spezialist Paul H. Wender hat als erster die Entwicklung seiner Patienten verfolgt und dabei festgestellt, dass rund die Hälfte auch nach der Pubertät mit typischen Symptomen wie Konzentrationsmangel, Impulsivität und Vergesslichkeit zu kämpfen hatte.

«Inzwischen wurde wissenschaftlich klar belegt, dass ADHS weiter bestehen kann», sagt die Berner Psychiaterin Doris Ryffel-Rawak. Eine klare Diagnose hat aber nur ein Bruchteil der Betroffenen. «Viele sind mit ihrem Leben zufrieden», sagt Doris Ryffel-Rawak. «Ihr Umfeld akzeptiert ihre Andersartigkeit, und sie haben den für sie richtigen Beruf gewählt.» Menschen mit ADHS haben nicht zwangsläufig Probleme: Häufig gelten sie als aussergewöhnlich kreativ, sehr intuitiv und begeisterungsfähig. Interessieren sie sich wirklich für eine Sache, erbringen sie oft Höchstleistungen.

Doch nicht allen gelingt es, mit dem Aufmerksamkeitsdefizit auf so positive Weise umzugehen. Manche Frauen und Männer empfinden ihr Leben als sehr problematisch. Sie schaffen es trotz grosser Anstrengung nicht, ihren Alltag zu organisieren, stossen dauernd an Grenzen oder quälen sich mit Selbstzweifeln. Vielfach weicht die im Kindesalter verbreitete Hyperaktivität einem Gefühl der inneren Unruhe. «Neben der Diagnose entscheidet vor al-

lem der Leidensdruck über die Art der Behandlung», sagt Doris Ryffel-Rawak. Ist er hoch, gehört die Verschreibung von Ritalin bei Erwachsenen ebenso wie bei Kindern zu den Grundpfeilern der Therapie. Parallel dazu findet mit Vorteil eine Psychotherapie statt. «Viele Patienten kann damit entscheidend geholfen werden», betont sie.

Als besonders hilfreich erweist sich das Medikament, wenn ein ADHS-Patient gleichzeitig unter Depressionen oder chronischen Angstgefühlen leidet. Beides ist bei erwachsenen Betroffenen relativ häufig und erschwert die Diagnose. Besonders eindrücklich schildert das die 43-jährige Petra M.: Seit Jahren litt sie unter Depressionen und fragte sich verzweifelt, warum keines der verschriebenen Medikamente anschlug. Erst als bei ihrem Sohn ein ADHS diagnostiziert wurde, fiel ihr auf, dass sie als Kind dieselben Schwierigkeiten gehabt hatte. Nach der Lektüre eines Buches über ADHS bei Erwachsenen wandte sie sich an einen Fachmann, der ihren Verdacht nach ausführlichen Tests bestätigte und Ritalin verschrieb. «Nach 30 Jahren war ich die düsteren Gedanken fast von einem Tag auf den anderen los», erzählt Petra M.

Beinahe ebenso häufig ist laut Fachleuten die Kombination mit einer Sucht. «ADHS-Betroffene sind gefährdeter als andere Menschen, weil es ihnen wesentlich schwerer fällt, normal zu funktionieren», sagt Doris Ryffel-Rawak. Im Glauben, den Alltag damit besser bewältigen zu können, greifen sie zu Alkohol oder il-

legalen Drogen und suchen dann vor allem wegen ihrer Sucht einen Therapeuten auf. «Natürlich sollte versucht werden, erst diese zu behandeln», sagt die Fachfrau. «Manchmal trägt jedoch die Therapie mit Ritalin dazu bei, die Lust auf das Suchtmittel zu überwinden.»

Käther Bänziger

### Buchtipps

Von Doris Ryffel-Rawak sind im Verlag Hans Huber 3 Bücher zum Thema erschienen: **ADS bei Erwachsenen**, Betroffene berichten aus ihrem Leben; **Wir fühlen uns anders**, wie ADS-betroffene Erwachsene sich selbst und ihre Partnerschaft erleben; **ADS bei Frauen – den Gefühlen ausgeliefert**

**Wenn auch Sie Näheres über ein bestimmtes Thema wissen möchten, schicken Sie uns Ihre Frage.**

Redaktion wir eltern,  
«Schreibt mal über»,  
Postfach, 8045 Zürich, oder  
per Fax 043 960 78 79 oder  
E-Mail [redaktion@wireltern.ch](mailto:redaktion@wireltern.ch)