



Wij willen u informeren over de mogelijkheden op het gebied van diagnostiek en behandeling van ADHD bij MET ggz.

met

met ggz

de kortste lijn naar herstel

ADHD diagnostiek en behandeling



Postbus 21
6040 AA Roermond
088 114 94 94
info@metggz.nl
www.metggz.nl

februari 2024

elkaar

Wat is ADHD

ADHD is een neurobiologische ontwikkelingsstoornis die wordt gekenmerkt door aandacht- en concentratieproblemen en/of hyperactiviteit en impulsiviteit. Daar horen klachten bij zoals problemen met plannen en organiseren, vergeetachtigheid, onrust in het hoofd en lijf en impulsiviteit, die een rol spelen sinds de kindertijd. Dit kan onder andere zorgen voor problemen op school, werk en op gebied van sociale contacten en relaties.

Intake

Na een verwijzing van uw huisarts (of behandelaar) wordt u gezien voor een intake binnen het zorgprogramma ADHD. Tijdens de intake worden onder andere uw klachten en huidige functioneren in kaart gebracht,

hebben we het over eventueel eerder gestelde diagnoses en therapieën die u al gehad heeft, hebben we aandacht voor uw hulpvraag en vragen we naar mogelijke risicofactoren. Deze risicofactoren worden in kaart gebracht om in te schatten of er meer acute zorg nodig is en of onderzoek naar ADHD op dat moment mogelijk is. Wanneer er bijvoorbeeld sprake is van structureel middelengebruik is diagnostiek naar ADHD niet mogelijk.

Diagnostiek

Op basis van dit eerste gesprek wordt een indicatie gegeven voor verdere diagnostiek. Deze diagnostiekfase bestaat uit meerdere gesprekken en de afname van een specifieke test (een aandachttaak) op een locatie van MET ggz en neemt een aantal weken in beslag.

ADHD is een neurobiologische ontwikkelingsstoornis, wat betekent dat deze aangeboren is. Om deze reden is het voor de diagnostiek belangrijk om zowel van uw kindertijd als op volwassen leeftijd een beeld te krijgen van ervaren klachten. Er zal u onder andere worden gevraagd een ouder, partner of goede vriend mee te nemen naar de onderzoeken. Daarnaast worden schoolrapporten of eerdere onderzoeken gevraagd.

Indien in het verleden de diagnose ADHD elders is gesteld, vragen wij u deze informatie bij de desbetreffende instelling of uw huisarts op te vragen. In dat geval hoeft u bovenstaande ADHD diagnostiek mogelijk niet opnieuw te doorlopen en kunt u direct in aanmerking komen voor ADHD behandeling.

Behandeling

Wanneer de diagnose ADHD is vastgesteld, komt u in aanmerking voor een behandeling binnen het zorgprogramma ADHD. Een ADHD behandeling bestaat uit een combinatie van medicamenteuze behandeling en psychologische behandeling.

Medicatie

Een psychiater met kennis van ADHD problematiek kan u begeleiden in het instellen van medicatie om de (ADHD) klachten te verminderen. U heeft gesprekken met een psychiater om zowel het effect van de medicatie als eventuele bijwerkingen op te volgen.

Psychologische behandeling

We bieden psychologische behandeling in groepsverband aan. U leert vooral om te gaan met de klachten en de gevolgen daarvan. De groepsbehandeling doorloopt u samen met lotgenoten die dezelfde diagnose als u hebben. We bieden de volgende groepsbehandelingen:

Psycho-educatie en vaardigheidstraining

In de psycho-educatie wordt onder andere informatie gedeeld over wat ADHD is, welke behandelingen er beschikbaar zijn en welke psychische klachten we vaak zien in combinatie met ADHD. Ook is er ruimte voor het delen van ervaringen met lotgenoten. In de vaardigheidstraining is er aandacht voor het trainen van vaardig-



heden zoals plannen, organiseren, prioriteiten stellen en keuzes maken. De groep bestaat uit 13 sessies van 2 uur.

G-training

Veel mensen met ADHD hebben onder andere ook last van somberheid, angstklachten of een negatief zelfbeeld, vaak als gevolg van de ADHD klachten in combinatie met andere persoonlijke factoren. Deze groepsbehandeling is gebaseerd op interventies uit de cognitieve gedragstherapie. In deze training wordt aandacht besteed aan het aanpakken van negatieve gedachten en gedrag. Deze groep bestaat uit 13 sessies van 2 uur.

Slaaptraining

Deze training is bedoeld voor mensen met ADHD die slaapproblemen ervaren. U krijgt uitleg over slaapproblemen specifiek bij mensen met ADHD en tips over hoe het slapen kan worden verbeterd. Deze groep bestaat uit 5 sessies van 90 minuten.

Bovenstaand aanbod is conform de behandelrichtlijn voor ADHD en wordt afgestemd op de individuele hulpvraag. Zo volgen sommigen mensen alle drie de onderdelen en sommige één of twee onderdelen. Uw behandeling wordt met regelmaat geëvalueerd om te kijken of u vooruitkomt of om te kijken of de behandeling aangepast moet worden.

Praktische informatie

Afhankelijk van de klachten die u ervaart, stelt de behandelaar samen met u een behandelplan op. Er wordt dan een keuze gemaakt uit één van de bovenstaande behandelonderdelen.

Wanneer u naast ADHD klachten ook last heeft van andere psychische klachten dan zal uw behandelaar samen met u afstemmen wat nodig is om tot een goed behandelplan te komen.

