

"Zappelphilipp Senior?!"

ADHS im Erwachsenenalter: Häufig verbreitet. Zu selten erkannt.

Libermenta Klinik Schloss Gracht ist zur etablierten Anlaufstelle geworden

Nicht stillsitzen und rumrennen, hippeln und kippeln, schreien und laut sein, nicht zuhören oder konzentrieren, laut, lauter, schnell und schneller ... Oh ja, wenn der Begriff „ADHS“ fällt, haben die meisten sofort die stereotypen Bilder vor Augen, in denen Kinder ungezügelt toben und tollern und von kapitulierenden Erwachsenen nur schwer zur Konzentration oder zur Raison zu bewegen sind. Echt nervig, aber glücklicherweise, so der Irrglaube vieler, ist dieses Verhalten doch nur eine Phase, bestenfalls auf die Kinderjahre begrenzt, verwächst sich schon irgendwie und ist Übergangsweise notfalls wunderbar mit Medikamenten einzudämmen. Das kann auch dann und wann mal zutreffen, aber was ist eigentlich mit denjenigen, bei denen diese belastende psychische Störung kein automatisches „Verfallsdatum“ hat oder erst viel später im Leben auftritt?

ADHS im Erwachsenenalter eine Seltenheit? Keinesfalls, die Krankheit ist stark verbreitet: Repräsentative Studien zeigen, dass fast 3% der erwachsenen Deutschen unter ADHS leiden. Dabei liegt die Dunkelziffer weit höher, denn viele Betroffene werden erst gar nicht diagnostiziert oder wenden sich nicht an einen Arzt. Zwar unterscheiden sich die Hauptsymptome der Erkrankung (Unaufmerksamkeit, Hyperaktivität und Impulsivität) auf dem Papier im Grunde nicht wirklich von denen der jüngeren Generation, doch verschwimmen für die Betrachter oder die Betroffenen selbst oft die Grenzen des Merklichen, denn typische Anzeichen wie kippelnde Stühle in Schulklassen, große Konzentrationsprobleme beim Hausaufgabenmachen oder wildes Rumtoben über Stock und Stein und Stuhl und Tisch kommen in der alltäglichen Erwachsenenwelt nun doch eher selten vor.

Das bedeutet aber nicht, dass die Erwachsenen mit den negativen Auswirkungen ihrer Erkrankung weniger Probleme haben. Ganz im Gegenteil, denn die Toleranzgrenze liegt in der öffentlichen Wahrnehmung für normabweichendes Verhalten von erwachsenen Menschen sicherlich nicht so hoch, wie bei Kindern oder Jugendlichen. Daher versuchen erkrankte Erwachsene die daraus resultierenden Symptome häufig zu unterdrücken, um nicht negativ aufzufallen - was und wenn überhaupt nur zeitweise gelingt. Denn nicht nur sie selbst belastet ihr „Fehlverhalten“, auch das soziale Umfeld reagiert im durchgetakteten Wesen dieser Welt häufig mit Unverständnis oder Ablehnung. Mal wieder zu spät bei der Arbeit, ein Projekt nicht fristgerecht fertigbekommen, die Aufmerksamkeitsspanne schnell überspannt, völlig übermüdet, weil die Nacht mal wieder nicht zum Schlafen da war, den Haustürschlüssel das X-te Mal verloren, die Wohnung unordentlich, nichts ist organisiert und schon wieder unbeliebt gemacht, weil man ständig unter Strom steht, ohne Punkt und Komma plappert oder wie getrieben und immer auf dem Sprung sich und andere durch den Tag hetzt. ADHS kann bei einigen aber auch vermeintlich untypische „leise“ Verhaltensmuster auslösen, wie z.B. soziale Phobien als Abgrenzung zur Außenwelt oder der eigene innerliche Rückzug. Oft verehrend und vor allem kaum nachvollziehbar oder greifbar für alle Beteiligten. Das Resultat: Betroffenen leben meist über einen sehr langen Zeitraum in einem enormen sozialen und psychischen Ausnahmezustand.

Auf die Diagnose kommt es an

Nichtdiagnostizierte verstehen sich und ihr Verhalten oft selbst nicht mehr, leiden häufig stark im Privat- oder Berufsleben unter ihrem eigenen „Chaos“ und empfinden sich als hilf- oder machtlos. Gefangen in der Situation finden sie eigenständig keinen selbstbestimmten Ausweg, diese Negativspirale zu durchbrechen. Sie beschreiben sich selbst als „nicht funktionstüchtig“,

Leben erleben



Schloss
GRACHT

überfordert und mit der Welt und deren Vorschriften, Rhythmen und Erwartungen absolut nicht kompatibel. Noch schwerer werden die Lebensumstände dann auch noch, wenn ergänzend zum ADHS weitere psychische Störungen dazukommen. Leider absolut keine Seltenheit: 40-60% aller adulten Erkrankten leiden zusätzlich unter Angststörungen, bis zu 50% sind Suchterkrankte, 30-50% entwickeln eine Depression. Nur lediglich 5-10% der Erkrankten haben keine Komorbidität. Und im Gegensatz zu der Vergleichsgruppe von Kindern und Jugendlichen potenzieren sich die Begleiterkrankungen in ihrer Häufigkeit um ein Vielfaches im Erwachsenenalter: leiden bsp. nur 2 von 10 Jugendlichen zwischen 13 und 17 Jahren unter Angststörungen oder Affektiven Störungen, sind es bei Erwachsenen über 31 Jahren fast 6. Und die Krux daran ist, dass diese noch das gesamte Erwachsenenleben bis hin ins höchste Alter mit den Auswirkungen zu kämpfen haben werden, wenn die Erkrankung nicht erkannt oder behandelt wird ... denn von ganz allein und einfach so – so wie bei fast allen psychischen Erkrankungen auch – geht es nicht einfach irgendwann und irgendwie von allein weg.

Auf den ersten „ungeschulten“ Blick ist es heutzutage für viele Mediziner nicht leicht zu erkennen, was dem Hilfesuchenden eigentlich fehlt – viele sehen vornehmlich nur die komorbide Begleiterkrankung, wie z.B. das Suchtverhalten oder die Depression. Im Generellen ist es nämlich sehr komplex zu unterscheiden, was davon die Ursache ist und ein diagnostischer „Was-war-zuerst-da-Huhn-Ei-Ei-Huhn-Konflikt“ kann schnell entstehen. Wird die Ursache des psychischen Leidensdrucks, das ADHS, aber nicht korrekt erkannt und behandelt, sondern nur die Begleiterkrankung, kann eine Fehldiagnose verehrend sein - vor allem bei falscher medikamentöser Einstellung des Erkrankten. Daher haben es sich unsere ADHS-Experten der Libermonta Klinik Schloss Gracht zur Aufgabe gemacht, ihr Wissen nicht nur unseren zahlreichen ADHS-Patienten zur Verfügung zu stellen, sondern dieses auch mit ihren ärztlichen Kollegen aus jeglichen medizinischen Fachrichtungen zu teilen, zu sensibilisieren und zu informieren. Dr. Michael Bornheim (Medizinischer Direktor und Chefarzt) und sein Kollege Dr. Behrem Aslan (Stellvertretender Medizinischer Direktor und Chefarzt) sind absolute Experten auf dem Gebiet der ADHS- Diagnostik und Behandlung und darüber hinaus auch motivierte „Wissenstransferler“. Sie verschaffen durch ihre Aufklärungs- und Forschungsarbeit der Erkrankung einen gewissen „Wiedererkennungswert“, damit Kollegen, wie z.B. Hausärzte oder Psychologen und Psychiater mit anderen Schwerpunktgebieten, einen geschärfteren Blick für das Krankheitsbild bekommen können. Erst jüngst lud das gefragte Duo zum bereits zweiten großen Fachtag unter dem Arbeitstitel „ADHS im Erwachsenenalter: eine Herausforderung“ zu einer schnell ausgebuchten, aufschlussreichen Fortbildungsveranstaltung ein. Mehr als 30 Kollegen folgten dieser Einladung ins Wasserschloss, um mehr Infos zur Diagnostik und zu den Therapiemöglichkeiten unter den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen zu bekommen und von den praktischen Erfahrungsberichten der Referenten zu profitieren. Denn, ist die Krankheit richtig diagnostiziert, ist sie im Gegensatz zu vielen anderen psychischen Störung sehr gut behandelbar: den Betroffenen kann sehr schnell dabei geholfen werden, ihren Leidensdruck erheblich zu lindern und ihre Lebensqualität dadurch deutlich zu verbessern.

Kompetenzzentrum mit Schlosskulissen

Aber nicht nur die Fachwelt soll von dem Wissen der beiden Fachmänner und ihrem multiprofessionellen Behandlungsteam profitieren. Selbstverständlich stehen die erkrankten Patienten im Fokus der Aufmerksamkeit. Das eigens geschaffene ADHS-Kompetenzzentrum im historischen Schlossgemäuer der Privaten Akutklinik für Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatik & Sportpsychiatrie ist in den vergangenen Jahren zu einer sehr gefragten Anlaufstelle geworden. Bis zu 20 Patienten können in der stationären und teilstationären Spezialstation der Schlossklinik behandelt werden und finden dort neben dem wissenschaftlichen Know-How auch alles andere

Leben erleben



Schloss
GRACHT

vor, was ihren individuellen Genesungsprozess beschleunigt und nachhaltig festigt. Außer der klassischen Psychotherapie im Einzel- oder Gruppensetting, stehen ergänzend sehr viel Sport und Bewegung, kreative Therapien aus dem Bereich Kunst oder Musik, Entspannungsverfahren oder Lichttherapie auf dem Tagesplan. Abgerundet wird der Behandlungsplan durch unterschiedliche weitere individuelle Maßnahmen bsp. aus den Bereichen Ernährung, Naturerleben, Yoga oder TCM. Behutsam und in enger Zusammenarbeit mit den Patienten, erhalten diese auch je nach Bedarf medikamentöse Unterstützung und werden mit Hilfe des hauseigenen Sozialdienstes bestens und lebensorientiert auf den Alltag nach dem Klinikaufenthalt vorbereitet und danach auch bei Bedarf weiterhin ärztlich betreut. Und auch der Ort als solches leistet sein Übriges, um bestmögliche Voraussetzung für eine erfolgreiche Therapie zu gewähren: Das in Erftstadt bei Köln gelegene Wasserschlosschen bietet mit seinen historischen Burgmauern einen geomantischen Ort der Ruhe und Geborgenheit. Eingebettet in grüne Parkanlagen, umgeben von den „natürlichen“ Elementen, architektonisch auffallend besonders, stilvoll und modern eingerichtet ... das macht aus der Klinik eine einzigartige, atmosphärische „Krafttankstelle“, an der Menschen mit psychischen Erkrankungen ihre inneren Akkus wieder aufladen und Hilfe, Heilung, Wertschätzung und Gemeinschaft erfahren können.

So etwas hat eher Seltenheitscharakter in der heutigen Zeit und spricht sich herum: nicht nur in der Fachwelt, sondern auch bei Betroffenen oder deren Angehörigen, denn nicht viele Kliniken können mit diesem geballten Expertenwissen und diesen Behandlungsvoraussetzungen aufwarten. Vor allem, weil dort außer der ADHS-Erstdiagnose auch die psychischen Begleiterkrankungen allesamt „in besten Händen“ sind. Aus diesem Grund eilet dem Kompetenzzentrum sein guter Ruf weit über die regionalen Grenzen hinaus voraus und die Plätze auf der Station sind gefragter denn je - auch weil der Bedarf rapide zunimmt. Zusätzlich, so bestätigen es auch die beiden Mediziner, gerät das Thema ADHS im Erwachsenenalter immer mehr in die Öffentlichkeit und wird dort immer lauter, was bei den Betroffenen selbst, deren Umfeld und den Medizinern für mehr Sensibilität und Präsenz sorgt.

Prominenz schafft Präsenz: mit Tabus brechen, sich vom Stigma lösen!

Ihren Beitrag dazu leisteten in den vergangenen Jahren zahlreiche prominente Erkrankte, die mit Ihrer ADHS-Diagnose an die Öffentlichkeit traten und offen über das Leben damit und die Auswirkungen dadurch sprachen. Ob nun internationale Weltstars wie Justin Bieber, Jennifer Lopez, Will Smith oder Whoopi Goldberg, Top-Sportler wie Michael Jordan und Serena Williams oder bekannte deutsche Gesichter, wie z.B. Kabarettist und Arzt Eckert von Hirschhausen, Tour de France Gewinner Jan Ullrich oder Schwimmsternchen Angelina Köhler, die jüngst in Paris bei Olympia eine Medaille ergatterte, holen diese „Kinderkrankheit“ auf die Bühne, in die Sportstätten und in die Medien. Diese mutigen Speaker und fast alle anderen nicht-prominenten Erkrankten haben übrigens eines gemein: sie hadern nicht mit der Diagnose, sondern beschreiben sie nun - nachdem sie endlich wussten, was mit ihnen „los ist“ und wie sie damit umgehen können - als einen positiven, gewinnbringenden Begleiter in ihrem Leben und etwas, das dazu beigetragen hat, dass sie so erfolgreich sind. Und das ist nachvollziehbar, denn neben den 3 typischen negativen Symptomen (Unaufmerksamkeit, Impulsivität und Hyperaktivität) berichten Betroffene, aber auch deren Umfeld über die positiven „Begleiterscheinungen“ des ADHS. Dieses „Phänomen“ unterscheidet sich im Übrigen deutlich von fast alle andere gängige psychische Störung: häufig verfügen ADHS-Erkrankte nämlich über sehr geschätzte, wichtige und positive Eigenschaften, wie z.B. ein hohes Maß an Kreativität, Ideenreichtum, Einsatzbereitschaft, Sozialkompetenz, Fantasie, Emotionalität, Spontanität, Charm und Hilfsbereitschaft, was – wenn in die richtigen Bahnen geleitet und „gewusst wie“ - sehr viele bereichernde Impulse setzen kann.

Leben erleben



Dr. Michael Bornheim, Jahrgang 1970, ist Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie sowie Klinikdirektor und Chefarzt auf Schloss Gracht. Dr. Bornheim studierte Humanmedizin an der Universität zu Köln. Seine Facharztausbildung absolvierte er in einer Fachklinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Neurologie. Es folgten Tätigkeiten als wissenschaftlicher Mitarbeiter der Universitätsklinik Köln sowie leitender Oberarzt an verschiedenen Kliniken (Alexianer Krankenhaus Köln, Zentrum für seelische Gesundheit Marienheide). Er verfügt über zahlreiche Weiterbildungen im Bereich der Operationalisierten Psychodynamischen Diagnostik sowie der Dialektisch-Behavioralen Therapie.



Dr. Behrem Aslan, Jahrgang 1977, ist Facharzt für Neurologie, Facharzt für Psychiatrie und Psychotherapie sowie stellvertretender Klinikdirektor und Chefarzt auf Schloss Gracht. Er studierte Humanmedizin in Giessen und Marburg. Seine Facharztausbildung für Neurologie absolvierte er in der Klinik für Neurologie am Universitätsklinikum Bergmannsheil in Bochum, im Kreisklinikum in Siegen sowie am Universitätsklinikum Giessen. Nach der Facharztausbildung war Dr. Aslan als neurologischer Oberarzt tätig. Es erfolgte dann die Facharztausbildung für Psychiatrie und Psychotherapie in der Klinik für Psychiatrie und Psychotherapie am Universitätsklinikum Bonn. Das klinische und wissenschaftliche Spezialgebiet von Dr. Aslan ist die Diagnostik und Therapie der ADHS im Erwachsenenalter. Neben seiner verhaltenstherapeutischen Ausrichtung verfügt Dr. Aslan über eine langjährige Erfahrung mit unterschiedlichen Neurostimulationsverfahren zur Behandlung von psychiatrischen Erkrankungen und Neurofeedback-Therapie.

Für weitere Informationen und Presseanfragen oder als Expertisesengeber rund um das Thema „Psychische Erkrankungen“ stehen wir Ihnen sehr gerne zur Verfügung: sprechen Sie uns an!

Pressekontakt

BühlerHealthCare AG

Johanna Johansson

Mob. +49 177 6799070

johanna.johansson@buehler-healthcare.com

Über die Libermenta Kliniken

Die Libermenta Kliniken sind private Akutkliniken für Psychiatrie, Psychotherapie, Psychosomatik und Sportpsychiatrie, die unter dem Dach der BühlerHealthCare AG betrieben werden. Sie verfolgen das Ziel, Menschen mit psychischen Leidensdruck dabei zu helfen, ihr Leben wieder gesünder und selbstbestimmter zu (er)leben. Die Psychotherapie steht in den Libermenta Kliniken im Fokus des ganzheitlichen Behandlungsansatzes. Ergänzt werden die psychotherapeutischen Verfahren durch weitere evidenzbasierte Methoden der Sport-, Bewegungs-, Ernährungs-, Körper-, Licht-, Kunst- und Pharmakotherapie. Mehr Informationen zu den Kliniken erhalten Sie auch auf www.libermenta.com.

Leben erleben