

HÖJDPUNKTER FRÅN

ADHD GENOM LIVET

EN SUMMERING AV FÖRELÄSNINGARNA I STOCKHOLM OCH GÖTEBORG
 NOVEMBER 2024

I denna rapport delar Överläkare Ulrika By med sig av några höjdpunkter från utbildningsdagarna.

Utbildningsdagen *ADHD Genom Livet* syftade till att öka kunskapen om ADHD genom hela livscykeln, från tidig diagnos och behandling till samsjuklighet och livslånga utmaningar. Målet var att främja en helhetssyn på ADHD genom att belysa både medicinska, psykologiska och sociala aspekter samt specifika utmaningar för kvinnor genom hela livet.

Dagen fokuserade också på att stärka den kliniska kompetensen hos deltagarna genom praktiska verktyg och evidensbaserad information för att förbättra vård och bemötande. Vidare strävade utbildningsdagen efter att inspirera till utveckling inom forsknings- och behandlingsområdet samt skapa dialog och samverkan mellan olika yrkesgrupper och specialister för att förbättra stödet till kvinnor med ADHD.



Ulrika By är specialist i barn- och ungdomspsykiatri samt barn- och ungdomsmedicin. Hon har arbetat kliniskt inom barn- och ungdomspsykiatri sedan 2008 och har sedan 2013 fokuserat nästan uteslutande på neuropsykiatriska utredningar och medicinering av ADHD och samsjuklighet. Ulrika har ett särskilt intresse för NPF hos flickor och kvinnor och brinner för att se till helheten både i utredning och behandling. Hon är överläkare och medicinskt ansvarig läkare på Martina Omnia.

UNGA FLICKOR MED ADHD, PUBERTETEN OCH TIDEN PÅ VÄG IN I VUXENLIVET



Dr. Svenny Kopp, specialistläkare i barn- och ungdomspsykiatri, delade sina insikter om unga flickor med ADHD, puberteten och tiden på väg in i vuxenlivet. Dr. Kopp är en pionjär inom forskning om kvinnor och flickor med ADHD och gav en viktig inblick i de särskilda utmaningar denna grupp står inför.

Enligt Dr. Kopp får flickor ofta ADHD-diagnosen senare än pojkar, vilket innebär att deras symtom ibland missas eller förväxlas med andra problem.

UNGA FLICKOR fors...

Flickor med ADHD uppvisar ofta en känslomässig dysreglering, verbal aggressivitet och en hög känslighet för stress – faktorer som kan bidra till sociala svårigheter. Under tonåren är det särskilt utmanande att utreda ADHD hos flickor, då deras beteendeproblem oftare märks i hemmiljön än i skolan.

Hos flickor med ADHD är samsjuklighet såsom ångest, depression, självskadebeteende och ätstörning vanligare. De insjuknar tidigare i depression och depressionen varar ofta längre. Östrogen påverkar hjärnans utveckling och även nivåerna av dopamin och serotonin. Högre nivåer av östrogen har en positiv inverkan på flera ADHD symtom såsom impulsivitet, koncentrationsförmåga samt exekutiva funktioner. Lägre serotoninivåer påverkar humör, impulsivitet och känsloreglering negativt. Självmordstankar, självmordshandlingar och suicid är vanligare bland flickor med ADHD. De har också högre risk att bli utsatta för sexuellt och fysiskt våld, högre missbruksfrekvens och ökad risk att hamna i kriminalitet. Risken för trafikolyckor är större- en risk som skulle kunna reduceras med behandling.

Dr. Kopp betonade vikten av tidig diagnostik, behandling och långvarigt stöd för att minska riskerna och hjälpa flickor och kvinnor med ADHD att hantera sina utmaningar. Det är också viktigt att komma ihåg att dessa flickor ofta har ett sämre generellt hälsotillstånd och många lider av kronisk smärta. Genom rätt stöd och förståelse kan vi bidra till att förbättra livskvaliteten för dessa unga kvinnor på väg in i vuxenlivet.

HORMONELLA FLUKTUATIONER GENOM LIVET SAMT ANTIKONCEPTION

Dr. Helena Kopp Kallner, docent, lektor och specialistläkare i gynekologi och obstetrik, föreläste om hur hormonella förändringar påverkar kvinnor genom livet och deras koppling till ADHD.

Hon lyfte fram att många kvinnor med PMS, PMDS och endometrios även kan ha ADHD, och att screening för dessa tillstånd kan hjälpa att identifiera fler kvinnor med ADHD. Dessutom verkar kvinnor med ADHD vara mer känsliga för hormonsvängningar och biverkningar av p-piller, vilket kräver god kunskap om behandling.

Under perimenopausen, som kan börja upp till tio år innan menopaus, kan kvinnor med ADHD uppleva en försämring av arbetsminne, känsloreglering och uthållighet på grund av sjunkande östrogennivåer. Symtomen under denna period kan kräva justering av ADHD-medicinering, och hormonbehandling (MHT) kan vara till hjälp för vissa kvinnor.

Östrogen kan ges via huden eller som tabletter, i kombination med gulkroppshormon för att motverka risken för livmodercancer. För kvinnor som av medicinska skäl inte ska behandlas med östrogen finns Veoza som ett alternativ. Helena Kopp Kallner betonade vikten av att förstå dessa samband för att erbjuda bättre stöd och behandling för kvinnor med ADHD genom hela livet.



ADHD & GRAVIDITET! Vad säger forskningen om preventivmedel, läkemedelsbehandlig och föräldraskap?

Dr. Lotta Borg Skoglund, docent och specialistläkare i psykiatri och allmänmedicin, talade om särskilda utmaningar för kvinnor med ADHD i samband med graviditet och föräldraskap.

Hon poängterade att flickor och unga kvinnor med ADHD löper högre risk för oplanerade graviditeter. Tonårsgraviditeter är kopplade till negativa utfall, både på kort och lång sikt, vilket understryker behovet av ökad kunskap och anpassat bemötande på ungdomsmottagningar.

Under graviditet har kvinnor med ADHD fler obstetriska riskfaktorer, ökad risk för prematur födsel och en högre sannolikhet att drabbas av postpartumdepression. Trots detta har studier inte visat att medicinering med centralstimulantia under graviditet medför risk för utvecklingsrelaterade tillstånd, syn- eller hörselskador, epilepsi eller tillväxthämning hos barnet.

Vid amning anses ADHD-läkemedel generellt säkra enligt RID-värden (Relative Infant Dose), förutsatt att lägsta effektiva dos används och att barnet övervakas för irritabilitet, sömn, aptit och tillväxt.

Dr. Borg Skoglund betonade vikten av att erbjuda evidensbaserad information till mamman och hennes partner samt att alltid göra en individuell bedömning av risk och nytta vid medicinering under graviditet och amning. Hon påpekade också att det behövs fler studier för att skapa kliniska riktlinjer, men att forskning pågår.



WOMEN WITH ADHD AND THE (PERI)MENOPAUSE: HEAD, HEART AND HORMONES

Dr. Dora Wynchank, specialistläkare i psykiatri och forskare, belyste de komplexa utmaningar som kvinnor med ADHD ofta står inför, kopplat till samsjuklighet och hormonella förändringar.

Kvinnor med ADHD har ofta både psykisk och somatisk samsjuklighet och får i många fall en tidigare menopaus. Många lider också av svår PMS, där cyklisk dosökning av centralstimulantia veckan före mens kan ge bättre symptomkontroll.

Östrogen spelar en viktig roll för att skydda hjärnan och hjärtat. Lägre nivåer ökar risken för kardiovaskulära sjukdomar och kan påverka kognitiva funktioner negativt. Dessutom är ADHD en självständig riskfaktor för kardiovaskulär sjukdom. Eftersom kvinnors symtom skiljer sig från männens riskerar de att bli feldiagnosticerade och felbehandlade.

Vidare nämndes att följder av ADHD, såsom depression, hypertoni och rökning, också är riskfaktorer för demens. Alla dessa faktorer är möjliga att påverka, vilket gör tidig screening, förebyggande arbete och livsstilsförändringar avgörande för att förbättra prognosen för kvinnor med ADHD.

Dr. Wynchank framhöll vikten av att integrera dessa insikter i vården för att ge bättre stöd och behandling för kvinnor med ADHD genom hela livet.