

# Infos zur Medikation bei ADHS

ADHS ist eine neurobiologische Störung der Selbststeuerung. Sie betrifft Aufmerksamkeit, Impulskontrolle und Aktivitätsniveau. Studien zeigen, dass eine unbehandelte ADHS viele Nachteile für die Betroffenen bringt, darunter ein erhöhtes Risiko für Verkehrsunfälle und Verletzungen, eine durchschnittlich 6–9 Jahre geringere Lebenserwartung, ein erhöhtes Risiko für Depressionen, Angst und Suchterkrankungen, schlechtere Schul- und Berufslaufbahnen und instabile Beziehungen. Eine wirksame Behandlung kann viele dieser Risiken deutlich senken.

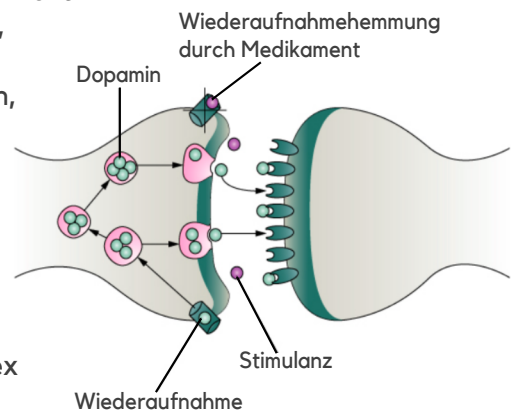
## WIE WIRKEN ADHS-MEDIKAMENTE?

Bei ADHS sind die Botenstoffe Dopamin und Noradrenalin in bestimmten Hirnregionen, vor allem im präfrontalen Cortex, nicht optimal aktiv. Diese Botenstoffe steuern Aufmerksamkeit, Antrieb und Impulskontrolle. Wenn ihre Signalübertragung gestört ist, wird es schwer, sich zu konzentrieren, Aufgaben zu beginnen oder bei einer Sache zu bleiben.

**Stimulanzien** (z. B. Methylphenidat, Amfetamin, Lisdexamfetamin) erhöhen die Verfügbarkeit dieser Botenstoffe, indem sie ihre Wiederaufnahme hemmen.

**Nichtstimulanzien** (z. B. Atomoxetin, Guanfacin) wirken indirekter: Atomoxetin hemmt die Wiederaufnahme von Noradrenalin und steigert dadurch im präfrontalen Cortex auch die dopaminerge Aktivität. Guanfacin bindet an bestimmte Rezeptoren und stabilisiert die Signalübertragung in diesem Hirnareal.

Durch Medikamenteneinnahme verbessern sich deswegen Aufmerksamkeit, Impulskontrolle und Antrieb; Ablenkbarkeit, Aufschiebeverhalten und emotionale Schwankungen nehmen ab und es fällt leichter, Handlungen gezielt zu planen und umzusetzen.



## WIE IST DIE WIRKSAMKEIT?

- Sehr gut: Effektstärken sind deutlich größer als bei fast allen anderen Psychopharmaka.
- Schnelle Wirkung meist innerhalb von Stunden bis Tagen
- Studien zeigen: Medikation verringert Unfälle, depressive Symptome und Substanzmissbrauch und steigert die Leistungsfähigkeit.

## WELCHE NEBENWIRKUNGEN GIBT ES?

- Stimulanzien sind sehr gut untersucht und insgesamt relativ nebenwirkungsarm.
- **Häufig:** Appetitminderung, Schlafprobleme, erhöhter Puls oder Blutdruck
- **Selten:** psychische Nebenwirkungen (z. B. Stimmungsschwankungen, Angst), Tics, Herzrhythmusstörungen
- Bei therapeutischer Anwendung und ADHS-Diagnose gibt es kein erhöhtes Abhängigkeitspotenzial.
- Nebenwirkungen gehen bei Absetzen wieder weg.

*Stimulanzien als ADHS-Medikation sind sehr gut untersucht, extrem wirksam und relativ sicher/nebenwirkungsarm.*

## WIE DIE BEHANDLUNG IDEALERWEISE ABLÄUFT

Start der Behandlung mit einer niedrigen Dosis, langsame Steigerung bis zur optimalen Wirkmenge ("Titration"). Viele der leichten Nebenwirkungen verbessern sich mit der Zeit. Bei ernsthaften Nebenwirkungen kann ein anderes Präparat probiert werden. Regelmäßige ärztliche Kontrolle von Puls, Blutdruck, Gewicht und Stimmung sind wichtig. Neben der medikamentösen Behandlung können Betroffene von einer begleitenden Psychotherapie profitieren. Eine Therapie alleine ohne Medikamente ist bei mittelschweren bis schweren Symptomen in der Regel nicht ausreichend.