



ZORGPAD ADHD

VERSIEBEHEER

Versie	Datum	Auteur	Wijzigingen
1.0	08-07-2025	T. van Riemsdijk	Document opgesteld

Inleiding

ADHD (Attention-Deficit Hyperactivity Disorder) is te zien als uiterste op het continuüm van geconcentreerd, rustig en beheerst gedrag naar ongeconcentreerd en/of druk en impulsief gedrag. Deze zorgstandaard gaat uit van de definitie zoals gehanteerd in de DSM-5. Om te kunnen spreken van ADHD moet iemand een aanzienlijk aantal symptomen hebben met betrekking tot druk en/of impulsief gedrag en/of aandachtsproblemen. Volgens de formele DSM-5 definitie moeten deze symptomen opgemerkt zijn voor het 12e levensjaar.

ADHD wordt meestal in drie beelden onderscheiden:

- Gecombineerd beeld: druk en impulsief gedrag én moeite met het vasthouden van de aandacht;
- Overwegend onoplettend beeld (vaak 'ADD' genoemd);
- Overwegend hyperactief/ impulsief beeld.

Er wordt onderscheid gemaakt naar ernst van de symptomen en beperkingen in het functioneren (licht, matig of ernstig). De symptomen moeten zich voordoen in meer dan één context. Om te kunnen spreken van ADHD moet het aannemelijk zijn dat de symptomen langdurig bestaan en al vanaf de jeugd zichtbaar geworden zijn.

Klachten en symptomen:

Dit zijn de belangrijkste dingen die je merkt bij ADHD:

- Moeite om je aandacht ergens bij te houden;
- Hyperactiviteit;
- Impulsief gedrag;
- Problemen in je leven, bijvoorbeeld thuis, op het werk en met andere mensen

Onderzoek

Bij een vermoeden van ADHD is het mogelijk om bij ons een onderzoek starten. Voor het diagnostisch onderzoek worden behalve de cliënt, zo mogelijk ook familieleden en de partner uitgenodigd om over het functioneren in respectievelijk de kindertijd en in volwassenheid te rapporteren. Het diagnostisch onderzoek wordt in 2 uur afgenomen. De bevindingen worden besproken in een volgend consult.

Behandelingstraject en duur van het traject

Voor de psychologische behandeling bij (jong) volwassene bieden wij cognitieve gedragstherapie (CGT), gericht op het leren omgaan met en het verminderen van de symptomen en gevolgen van ADHD. Veel volwassenen met ADHD hebben moeite met plannen en organiseren. Daarom is in de meeste CGT-behandelingen het trainen van plannings- en organisatievaardigheden onderdeel van de behandeling.

Wij bieden de behandeling zowel fysiek op locatie als online aan. De duur van een traject is afhankelijk van de ernst van de problematiek, maar kan variëren van 15 tot 30 behandelconsulten. Vanuit de Honos+ (vragenlijst) wordt bepaald wat de duur van het zorgtraject zal zijn.

Medicatie

In overleg kan medicatie worden ingezet. Hiervoor plannen wij op een afspraak in bij onze psychiater op locatie. Samen wordt besproken welke medicatie eventueel bij de klachten passen, als onderdeel van de behandeling.

Andere hulpbronnen

1. [Impuls & woortblind](#) is de vereniging voor mensen met ADHD: je kan er terecht voor lotgenotencontact en ervaringsdeskundigheid, onder andere in één van 17 ADHD-café's die overal in Nederland worden georganiseerd.
2. Meer informatie over ADHD is ook te vinden op de website van [MIND](#).

