

Esipuhe

ADHD (engl. *attention deficit hyperactivity disorder*) kirjainsarjana on harvoille meistä enää tuntematon. Mitä kaikkea tämä oireyhtymä käytännössä tarkoittaa? Mitä meidän tulisi tietää esimerkiksi ADHD-oireisen vanhempana, elämänkumppanina, isovanhempana, opettajana, terveydenhoitajana tai sosiaalityöntekijänä ADHD:n vaikutuksista? Kovin usein ADHD-oireisten elämäntarinoissa kuullaan kokemuksia puolin ja toisin väärinymmärretyksi tulemisesta. Tällä julkaisulla haluamme lisätä ymmärrystä ja tietoisuutta ADHD-oireyhtymästä ja tarjota mahdollisuuden lähestyä teemaa erilaisista näkökulmista.

Ensimmäinen suomenkielinen perusteos ADHD:sta (*MBD ja ADHD – Diagnostointi, kuntoutus ja sopeutuminen*) julkaistiin vuonna 2000. Yli kymmenen vuoden aikana on tapahtunut suuria muutoksia. ADHD-oireisten lasten ja nuorten diagnosointi ja hoitoonohjaus toimivat nykyisin kohtalaisen hyvin, mutta hoito ja kuntoutus on valtakunnallisesti hyvin epätasaista. Lisäksi yhä enemmän huolta herättävät nuorten syrjäytymisen suuret luvut. Varsinkin ADHD-oireiset nuoret tarvitsevat erityistä tukea, jotta mahdollisimman itsenäinen elämä toteutuisi. ADHD-oireisten aikuisten palvelu- ja hoitojärjestelmässä on puolestaan vielä suuria puutteita, eikä ADHD-oireisten ikäihmisten tuen tarpeesta ole tietoa juuri lainkaan.

ADHD-oireyhtymästä aiemmin käytetystä nimityksestä MBD (engl. *minimal brain dysfunction*) luovuttiin 1980-luvun puolivälissä, jolloin diagnostiset kriteerit määriteltiin kansainvälisessä tautiluokituksessa ja ADHD-termi otettiin käyttöön. Suomessa MBD-termi eli vielä pitkään kielessä tämän jälkeen. Esimerkiksi Suomen MBD-liitto vaihtoi nimensä ADHD-liitoksi vuonna 2003.

Ensimmäinen lasten ja nuorten ADHD:n Käypä hoito -suositus valmistui vuonna 2007 (Käypä hoito -suositus lasten aktiivisuuden ja

tarkkaavuuden häiriöstä), ja siitä on julkaistu vuonna 2012 päivitysversio. ADHD-oireisten aikuisten Käypä hoito -suosituksen laatimista odotetaan seuraavaksi, Euroopassa aikuisten diagnosoinnista ja hoidosta on tehty konsensuslausuma.

Tähän kirjaan ovat kirjoittaneet monet asiantuntijat, jotka tällä hetkellä toimivat laaja-alaisesti ADHD-asioissa, osa heistä myös kansainvälisesti. ADHD:n ympärillä on tehty pohjoismaista yhteistyötä jo usean vuosikymmenen ajan. Muun muassa laajalti käytetty Viivi-arviointimenetelmä on laadittu pohjoismaisena yhteistyönä. Suomessa tämän menetelmän kehittelyyn osallistuivat lastentautien erikoislääkäri Katarina Michelsson ja edesmennyt kliinisen neuropsykologian professori Marit Korkmann, jotka molemmat ovat antaneet suuren panoksen ADHD:n tutkimus- ja kehittämistyöhön ja saaneet aikaan paljon hyvää ADHD-oireisille. Pohjoismaiset kansalliset ADHD-järjestöt kokoontuvat vuosittain päivittämään tietoja ja keskustelemaan yhteisistä ajankohtaisista teemoista. Euroopan laajuista yhteistoimintaa koordinoi ADHD-Europe. Myös muuta kansainvälistä yhteistyötä on olemassa. Eri ammattikuntien edustajat, esimerkiksi lääkärit, psykologit, toimintaterapeutit ja sosiaalityöntekijät, kokoontuvat suurissa ADHD-konferensseissa ja seminaareissa eri puolilla maailmaa. Tutkimustoiminnassa tehdään myös kansainvälistä yhteistyötä.

Tämä julkaisu muodostuu kolmesta osakokonaisuudesta. Ensimmäisessä osassa käsitellään yleisesti ADHD-oireyhtymää ja sen erilaisia selitysmalleja. Mukana on myös kolme kokemuspuheenvuoroa, jotka avaavat lukijoille ADHD:n värittämää arkea rikkauksineen ja haasteineen. Toisessa osassa kerrotaan ADHD-oireisten hoidon ja kuntoutuksen monipuolisuudesta. Kolmannessa osassa ADHD:ta lähestytään ikäryhmittäin lapsen, nuoren ja aikuisen näkökulmasta. Lisäksi jokaisen ikäryhmän yhteydessä esitellään erilaisia arjen tukimuotoja ja vinkkejä ADHD-oireisille itselleen, heidän lähipiirilleen ja ammattihenkilöille. Kirjan eri luvuissa on viittauksia toisiin lukuihin, koska yhtäältä julkaisussa on haluttu välttää toistoa ja toisaalta teemasta kiinnostuneet voivat saada eri luvuista vielä lisätietoa. Palvelujärjestelmän ja tukimuotojen juridinen tarkastelu on rajattu tästä julkaisusta pois. Siitä ja muista ADHD-oireyhtymään liittyvistä asioista saa lisätietoa muun muassa kirjan lopussa esitellyistä järjestöistä.

Toivomme teille kaikille antoisia lukuhetkiä ja oivalluksia kirjan parissa. Lisäksi toivomme rohkeutta käyttää vinkkejä ja ohjeita omassa arjessa, niin kotona, koulussa, työssä kuin vapaa-ajallakin.

Helteisenä helatorstaina 17.5.2012

Virpi Dufva ja Mirjami Koivunen