

Esipuhe

Adhd eli aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriö on kehityksellinen neuropsykiatrinen häiriö, joka heikentää yksilön arjen toimintakykyä. Keskeiset oireet ovat tarkkaamattomuus, impulsiivisuus ja yliaktiivisuus eri painotuksin. Oireisto voi muuttua iän myötä, ja oireet voidaan nähdä tilanteesta riippuen vaikeina tai lievempinä. Osa oireista saatetaan kokea myös voimavaraksi.

ADHD-liittoon tulevien yhteydenottojen perusteella adhd:n tunnistamiseen, tutkimuksiin pääsemiseen sekä hoitoon liittyy edelleen haasteita. Adhd koskettaa monia, sillä sen esiintyvyyden on 6–18-vuotiailla 3,6–7,2 % ja aikuisilla 2,5–3,4 %. Oirekuvan tunnistamiseen on tärkeä panostaa, sillä varhaisella tuella voidaan parantaa yksilön toimintakykyä ja elämänlaatua. Hoitamaton adhd voi haitata sosiaalisia suhteita, koulu- ja opintopolkua sekä työllistymistä. Tutkimuksissa on todettu, että adhd:llä on yhteys masennukseen, muihin psykiatrisiin häiriöihin sekä syrjäytymiseen ja päihteidenkäyttöön.

Käsissäsi on adhd:tä käsittelevä perusteos, jonka tarkoitus on vastata kentältä kuuluvaan tarpeeseen. Adhd-käsikirja tarjoaa viimeisimmän tiedon adhd:n ilmenemisestä, diagnosoinnista, hoidosta ja kuntoutuksesta. Tämä käsikirja on tarkoitettu muun muassa terveydenhuollon, kasvatus-, opetus- ja sosiaalialan sekä muun työelämän ammattilaisille ja opiskelijoille. Kirja palvelee myös adhd-oireisia, heidän läheisiään sekä muita aiheesta kiinnostuneita.

Käsikirjan alkuun on koottu adhd:stä yleistä tietoa, joka koskee kaikkia ikävaiheita. Sen jälkeen käsikirja tarkastelee adhd:tä ihmisen elämänkaaren eri vaiheissa – lapsuudessa, nuoruudessa, aikuisuudessa ja vanhuusiässä. Käsikirjassa paneudutaan myös vanhemmuuteen vuorovaikutuksen ja mentalisaation näkökulmista, adhd-oireisen lapsen isovanhemmuuteen sekä sosiologiseen näkökulmaan. Luupin alla on myös arjen tuki, opiskelu, armeija, ajokortti, työelämä sekä parisuhde.

Kirja koostuu sekä kokemosaaajien puheenvuoroista että asiantuntija-artikkeleista. Asiantuntijoina on lääkäreitä, psykologeja, toimintaterapeutteja sekä kasvat-, opetus- ja sosiaalialan ammattilaisia.

Adhd-käsikirjan käytetyimpänä lähteenä toimii viimeisimpään tutkimusnäyttöön perustuva ADHD:n Käypä hoito -suositus. Ensimmäinen tällainen suositus valmistui vuonna 2007, ja se koski lasten aktiivisuuden ja tarkkaavuuden häiriötä. Käypä hoito -työryhmän pitkäjänteinen uurasus toi vuonna 2012 käyttöön päivitetyn version ja vuonna 2017 laajemman päivityksen, johon oli lisätty aikuisten adhd. Toivomme, että Käypä hoito -suosituksen rinnalla Adhd-käsikirjamme lisää yleistä tietoisuutta häiriöstä, edistää sen varhaista tunnistamista sekä vahvistaa adhd-oireisten hyvinvointia ja osallisuutta yhteiskunnassamme.

Kiitämme ADHD-liiton toiminnanjohtaja Nina Hovén-Korpelaa ja koko ADHD-liiton työryhmää Adhd-käsikirjan toimittamisen mahdollistamisesta. Mirjami Koivuselle iso kiitos kirjaprojektin käynnistämisestä. Päivi Dannerille (MSc, toimintaterapeutti) lämpimät kiitokset konsultointi- ja tekstintyöstämistä Lapsen itsesätelyky ja adhd -artikkelissa. Silve Serenius-Sirvelle kiitos hyvästä yhteistyöstä Lapsen tukeminen arjessa -artikkelin työstämisessä. Kaikille kirjan kirjoittajille erityiskiitos huikeasta käsikirjan hyväksi tehdystä panoksesta: omien tietojen, kokemusten ja ajatusten jakamisesta. Kirja puhukoon puolestaan.

Helsingissä 10.9.2018

Katariina Berggren ja Jari Hämäläinen