



Henrik Widegren, foniater vid Skånes universitetssjukhus. **Bild:** Petter Arvidson/Bildbyrån (#)

KRÖNIKA

”Du kan vara drabbad av udhd utan att veta om det”

Publicerad: 2017-02-17 12:30 Skriven av: Henrik Widegren

Om krönikan

Dagens Medicins krönikörer är fristående skribenter som uttrycker sina personliga åsikter och tankar, som inte behöver delas av utgivaren, precis som i fall av annat opinionsmaterial som till exempel debattartiklar. Samtidigt tar Dagens Medicin givetvis publicistiskt ansvar för det som publiceras i både tidningen och på sajten, så att det inte bryter mot lagar eller publicitetsregler, som de etiska riktlinjerna om att till exempel inte omotiverat lyfta fram etnicitet, religion eller sexuell läggning. Många läsare reagerar på krönikan, och på vitt skilda sätt. Skribentens syfte var att skriva humoristiskt om en påhittad diagnos, udhd. Han tog avstamp i adhd, vilket flera reagerar negativt på. Men skribenten anser inte att adhd är en påhittad diagnos, och skriver inte heller att så är fallet.

Christina Kennedy, ansvarig utgivare

Jag läser Expressen. Artisten Viktor Frisk berättar att han har adhd och tycker att det är en "superkraft". Artisten Samir Badran har också adhd och "... skulle *aldrig, aldrig, aldrig* vilja leva utan min adhd, då hade jag inte varit där jag är i dag". Jag läser UnderbaraADHD, riksförbundet Attention och andra stödsajter, och får lära mig att 3–5 procent av befolkningen har adhd, och att det är viktigt att adhd synliggörs så att omgivningen kan ta hänsyn.

Men adhd är inte bara negativt. Ofta är det en stor tillgång. Även Picasso, Mozart och Einstein hade adhd. Det är något oklart hur de fick diagnosen.

När jag läser om adhd kommer jag dock att tänka på den bortglömda, mycket vanligare diagnosen udhd. Udhd står för Uppmärksam, Duktig och Hyperkontrollerad-Dysfunktion och tros drabba hela 20 procent av befolkningen. Udhd är en neuropsykiatrisk funktionsvariation och yttrar sig i överdriven uppmärksamhet, förmåga att ta till sig instruktioner och känslomässigt hyperkontrollerad.

Udhd debuterar ofta tidigt i livet. Skolan kan ha stora problem med dessa barn i samband med kreativa projektdagar och lärarlösa lektioner, då udhd-barnen kan verka okreativa och rationella. På senare år har man dock uppmärksammat att sjukdomen finns kvar i vuxen ålder som vuxen-udhd, och är över-representerad hos bland annat revisorer, jurister, sköterskor, läkare och sekreterare.

Vissa anser att udhd inte är en diagnos, utan ett personlighetsdrag. Lindriga symtom (sitta kvar under en hel APT, läsa chefens julbrev utan att somna eller plugga hårt till en tenta) kan vara gränsfall, men när udhd påverkar patientens vardag (jobba över för att få klart en powerpoint, tömma sin mailbox eller läsa alla PM man får), så anses diagnosen vara bekräftad.

Riksförbundet Duktig! skriver att udhd inte bara är något negativt. Många framgångsrika historiska personer har haft udhd, till exempel Karl XI, Carl von Linné, Marie Curie och Gunnar Sträng. Det är något oklart hur de fick diagnosen. Kritiker hävdar att udhd-diagnosen kan vara stigmatiserande och ge patienterna en stämpel av att vara okreativa, hämmade och tråkiga, medan Duktig! hävdar att en diagnos tvärtom hjälper patienter att få rätt till hjälp och att en diagnos kan få omgivningen att anpassa sig till patienten.

Det finns för närvarande tre behandlingar:

1. **Farmaka.** Alkohol är den vanligaste självmedicineringen. En flaska J P Chenet gör att dessa patienter en fredag kväll kan slappna av från kravet att göra ett perfekt jobb.
2. **Stimulerande aktiviteter.** För män tycks paintball fungera bäst. För kvinnor är åttiotalsmusik det effektivaste. Hämningarna släpper och patienten kan agera vilt, egocentriskt och hänsynslöst en kort stund.
3. **KBT.** Samtalsterapi som syftar till att få patienten att under kontrollerade former släppa kontrollen.

Så missa inte udhd! Många lever hela livet utan att veta att de har en diagnos och att det finns behandlingsmöjligheter.

Missa inga viktiga nyheter. Registrera dig för vårt dagliga nyhetsbrev och få dem direkt i inkorgen.

