

ADHD og Misbrugsproblemer: Risikofaktorer og Behandlingsmuligheder

Sammenhængen Mellem ADHD og Stofmisbrug: Hvorfor Selvmedicinering Kan Blive Farligt



Sammenhæng mellem misbrug af rusmidler og diagnosen ADHD

ADHD (Attention Deficit Hyperactivity Disorder) er en neuropsykiatrisk lidelse, der ofte manifesterer sig gennem opmærksomhedsproblemer, hyperaktivitet og impulsiv adfærd. Mange mennesker med ADHD oplever betydelige udfordringer i deres dagligdag, såsom problemer med at holde fokus, kontrollere impulser og regulere deres følelser. Dette kan skabe en tilbøjelighed til at søge midler eller adfærd, der kan hjælpe med at regulere disse symptomer, hvilket desværre kan føre til misbrug af rusmidler.

Øget risiko for misbrug blandt personer med ADHD

Undersøgelser viser, at personer med ADHD har en større risiko for at udvikle misbrug af rusmidler end den generelle befolkning. Nogle af de vigtigste faktorer, der bidrager til denne sammenhæng, inkluderer:

Selvmedicinering: Mange mennesker med ADHD kan forsøge at selvmedicinere deres symptomer med rusmidler. De kan opleve, at visse stoffer, som alkohol, cannabis eller stimulanser som kokain eller amfetamin, midlertidigt forbedrer deres koncentration eller hjælper med at dæmpe rastløshed og angst. Denne "selvmedicineringsstrategi" kan dog hurtigt føre til afhængighed.

Dopamin-dysregulering: ADHD er forbundet med dysregulering af dopaminsystemet, en neurotransmitter, der spiller en central rolle i hjernens belønningssystem. Mange rusmidler øger dopaminfrigivelsen i hjernen, hvilket kan være særligt tiltrækkende for personer med ADHD, da det kan give dem en følelse af tilfredsstillelse eller ro, som de ofte mangler. Dette øger risikoen for gentagen brug og afhængighed.

Impulsivitet og risikoadfærd: Impulsivitet er et kendetegn ved ADHD, og det kan føre til, at personer med lidelsen træffer hurtige beslutninger uden at overveje konsekvenserne, herunder eksperimentering med stoffer. Den nedsatte evne til at tænke langsigtet og en tilbøjelighed til risikoadfærd øger chancen for, at personer med ADHD involverer sig i stofmisbrug.

Samtidige psykiatriske lidelser: ADHD optræder ofte sammen med andre psykiske lidelser som depression, angst og antisocial adfærd, som i sig selv kan øge risikoen for stofmisbrug. Behandlingen af disse komorbide lidelser kan være udfordrende, især hvis ADHD-symptomerne ikke er under kontrol, hvilket kan forværre risikoen for misbrug.

Visse rusmidler er særligt udbredte blandt personer med ADHD, herunder:

- **Alkohol:** Mange med ADHD bruger alkohol som en måde at håndtere stress, angst eller sociale udfordringer. Alkohol kan dog forværre ADHD-symptomer som impulsivitet og nedsat opmærksomhed, og længerevarende misbrug kan føre til afhængighed.

- **Cannabis:** Cannabis kan bruges til at mindske angst eller hjælpe med søvnbesvær, men det kan også reducere motivationen og forværre koncentrationsproblemer, hvilket kan skabe en negativ spiral.
- **Stimulanser:** Ironisk nok kan personer med ADHD blive tiltrukket af stimulanser som kokain eller amfetamin, da disse stoffer øger dopaminniveauet og kan forbedre fokus. Misbrug af stimulanser er dog meget farligt og kan føre til afhængighed og alvorlige sundhedsrisici.
- **Opioider:** Nogle personer med ADHD, især dem der har svært ved at regulere følelser, kan bruge opioider som heroin eller receptpligtige smertestillende midler såsom oxycodon, fentanyl og morfin til at opnå midlertidig lindring af fysisk eller følelsesmæssig ubehag.

Behandling af mennesker med ADHD og samtidig misbrug af rusmidler

Forskning viser, at der er en markant overrepræsentation af ADHD blandt personer med misbrugsproblemer. Internationale undersøgelser peger på, at mellem 25-50% af personer med misbrugsproblemer også har ADHD. I Danmark antages det, at tallene ligger i samme størrelsesorden.

Det er vigtigt at bemærke, at ADHD ofte er underdiagnosticeret hos misbrugere, da mange af symptomerne på ADHD (f.eks. impulsivitet og koncentrationsbesvær) kan blive forstærket eller maskeret af rusmiddelbrug. Misbrug kan dermed gøre det sværere at identificere og behandle ADHD korrekt.

For at reducere risikoen for misbrug er en korrekt diagnose og behandling af ADHD essentiel. Behandling af ADHD involverer normalt en kombination af medicin og terapi, herunder kognitiv terapi. Når ADHD-symptomerne er under kontrol, reduceres behovet for selvmedicinering, hvilket kan mindske risikoen for udvikling af misbrug.

Sammenhængen mellem ADHD og misbrug af rusmidler er en kompleks problemstilling, der kræver opmærksomhed og forståelse fra både behandlere og samfundet. En helhedsorienteret tilgang, der adresserer både de biologiske

og sociale aspekter af ADHD, kan hjælpe med at forebygge og behandle misbrug blandt denne sårbare gruppe.

Ved tidlig indsats og korrekt behandling kan risikoen for misbrug mindskes, og personer med ADHD kan få hjælp til at navigere i deres udfordringer uden at ty til rusmidler.

<https://www.ambulantmisbrugsbehandling.dk/>