

Zappelphilipp wird erwachsen

Aufmerksamkeitsstörungen und Hyperaktivität beginnen zwar in der Kindheit- doch sie enden oft nicht mit ihr

Wenn von Hyperaktivität die Rede ist, muss immer wieder eine literarische Figur als Paradebeispiel herhalten: Zappelphilipp, der Junge, der in der Bilderbuchgeschichte des Frankfurter Arztes Heinrich Hoffmann so gefährlich mit seinem Stuhl kippelt und schließlich unter dem Tischtuch begraben wird. Dabei lohnt es sich, auch einmal auf Zappelphilipps Vater zu achten: Wippt er nicht unter dem Tisch unablässig mit seinen Füßen, ist der impulsive Griff nach dem Messer nicht weit mehr als eine „pädagogische“ Handlung? Und wirkt die auffallende Ruhe der Mutter nicht wie ein Versuch zum Ausgleich seiner oft sehr schwierigen Art?

Schwierigkeiten, Wichtiges von Unwichtigem zu unterscheiden

ADHS, das Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitäts-Syndrom, ist keine reine Kinderkrankheit. Elf Prozent der Menschen, bei denen es in der Kindheit und Jugend diagnostiziert wurde, leiden einer amerikanischen Studie zufolge auch im Erwachsenenalter noch unter einigen der typischen Symptome. Die Patienten, die in das Zentrum für ADHS im Erwachsenenalter der Berliner Charité kommen, sind meist zwischen 18 und 45 Jahre alt. Die Jüngsten unter ihnen stellen sich dort vor, weil sie in Behandlung bleiben müssen, in der Kinder- und Jugendpsychiatrie aber nicht mehr weiter betreut werden können. Patienten über 25 kommen aber oft erstmals mit den schwer fassbaren Beschwerden zu einem Arzt. „Ich kriege es einfach nicht auf die Reihe“, das sei eine typische Klage, berichtet der Psychiater Michael Colla. „Es“, das sind berufliche und private Anforderungen, für die Konzentration, Strukturiertheit und Impulskontrolle wichtige Voraussetzungen sind.

ADHS-Kinder fallen meist in der Schule auf, zum Beispiel, weil sie nicht still sitzen können und weniger leisten, als sie aufgrund ihrer Intelligenz eigentlich könnten. Im Erwachsenenalter nimmt die motorische Unruhe meist ab, die Impulsivität und Lebhaftigkeit wirkt oft charmant und anregend, die Umtriebigkeit ist ein Gewinn für das soziale Umfeld. Das ist jedoch nur die eine Seite der Medaille. Colla nennt auch die andere: „Wir vermuten heute, dass bei ADHS-Patienten die exekutiven Funktio-

nen gestört sind, also alles, was zur Ausführung von Plänen wichtig ist.“ Die Betroffenen erleben, dass ihre privaten wie auch die beruflichen Projekte immer wieder scheitern, weil sie schlecht organisieren können und Schwierigkeiten haben, Wichtiges von Unwichtigem zu unterscheiden.

Amerikanische Psychologen und Psychiater brachten die Auswirkungen vor einigen Jahren im „Journal of Psychiatric Practice“ (Band 8, 2002) auf den Punkt: „Während ein Kind einem anderen während eines Spiels impulsiv das Spielzeug wegnimmt, kündigt ein Erwachsener vielleicht ebenso impulsiv seinen Job, kauft ein Haus oder verlässt seinen Partner.“ Trotz gleich guter Fahrkenntnisse bauen Menschen mit ADHS-Symptomen auch deutlich mehr Autounfälle.

Erwachsene finden allerdings auch häufig sozial akzeptierte Formen, ihre Unruhe zu verbergen. Zum Beispiel mit einer Zigarette in der Hand: Über die Hälfte aller

ADHS-Patienten rauchen. Viele suchen Erleichterung beim Kiffen. Cannabis-Konsum ist eine naheliegende Art der Selbstmedikation, denn es beruhigt. Zugleich mindert es allerdings auch den Antrieb und die Leistungsfähigkeit, ist also für ADHS-Patienten gleich doppelt schädlich.

Noch gibt es keinen einzelnen Test, mit dem ADHS sicher diagnostiziert und von anderen Störungen abgegrenzt werden könnte. Die Psychiater erhärten ihre Diagnose allerdings durch ein ganzes Set von Untersuchungen. Wichtig sind dabei nicht zuletzt die Informationen über die Kindheit. Denn ADHS tritt im Erwachsenenalter nicht neu auf - auch wenn es bei vielen Betroffenen in der Kindheit übersehen wurde. „Wir schauen uns nach Möglichkeit die Zeugnisse der ersten vier Schuljahre genau an“, sagt Colla. „Unruhig und leicht ablenkbar“, „kann sich schlecht konzentrieren“: Das sind altbekannte Formulierungen der Grundschullehrer, hinter denen sich oft eine Aufmerksamkeitsstörung verbirgt. Aufschlussreich ist auch, ob es andere Fälle in der Familie gibt. Es gibt Hinweise darauf, dass besonders die Form von ADHS, die im Erwachsenenalter fortbesteht, genetische Grundlagen hat.

Knapp ein Viertel der erwachsenen ADHS-Patienten war schon als Kind oder Jugendlicher in Behandlung. „Typisch ist,

dass Jugendliche das Medikament absetzen, das ihnen als Kind verordnet wurde, und dass sie später mit über 20 wieder kommen, weil sie merken, dass sie ihr Leben sonst nicht in den Griff bekommen“, so Colla.

Für erwachsene Patienten keine speziellen Medikamente

Die Psychiater stehen dann vor der Schwierigkeit, dass bisher noch keine der Substanzen, die bei Kindern zum Einsatz kommen, auch uneingeschränkt für Erwachsene zugelassen ist: Atomoxetin darf nur (weiter-)verordnet werden, falls es schon beim Jugendlichen zum Einsatz kam, für Methylphenidat, besser bekannt unter dem Markennamen Ritalin, läuft noch das Zulassungsverfahren. Inzwischen konnten Forscher von Zentralinstitut für Seelische Gesundheit in Mannheim und der Charité mittels Magnet-Resonanz-Spektroskopie zeigen, dass sich typische strukturelle Veränderungen im anterioren cingulären Cortex des Gehirns zurückbildeten, wenn betroffene Erwachsene für fünf bis sechs Wochen Methylphenidat eingenommen hatten. In einer großen, auf drei Jahre angelegten Verbundstudie, an der die Unis Freiburg, Homburg, Würzburg, Mannheim und Berlin beteiligt sind und die vom Bundesministerium für Bildung und Forschung finanziert wird, werden derzeit nicht nur Medikamente placebo-kontrolliert untersucht. Die Forscher prüfen auch die Wirkung von Einzel- und Gruppen-Psychotherapien.

Der Psychotherapeut kann für den erwachsenen ADHS-Patienten eine Coach-Funktion übernehmen. Wenn dem eigenen Partner oder der eigenen Partnerin solche Aufgaben zufallen, ist das eher heikel. Auch das zeigen schon die Zappelphilipp-Bilder: Die Mutter und Ehefrau der beiden unruhigen Familienmitglieder wirkt dort alles andere als glücklich.

Adelheid Müller-Lissner