

# **ADHD:N HOITO: MITEN KOULU VOI TUKEA ADHD-OIREISTA LASTA? MITÄ OPETTAJAN TULISI TIETÄÄ ADHD:N LÄÄKEHOIDOSTA?**

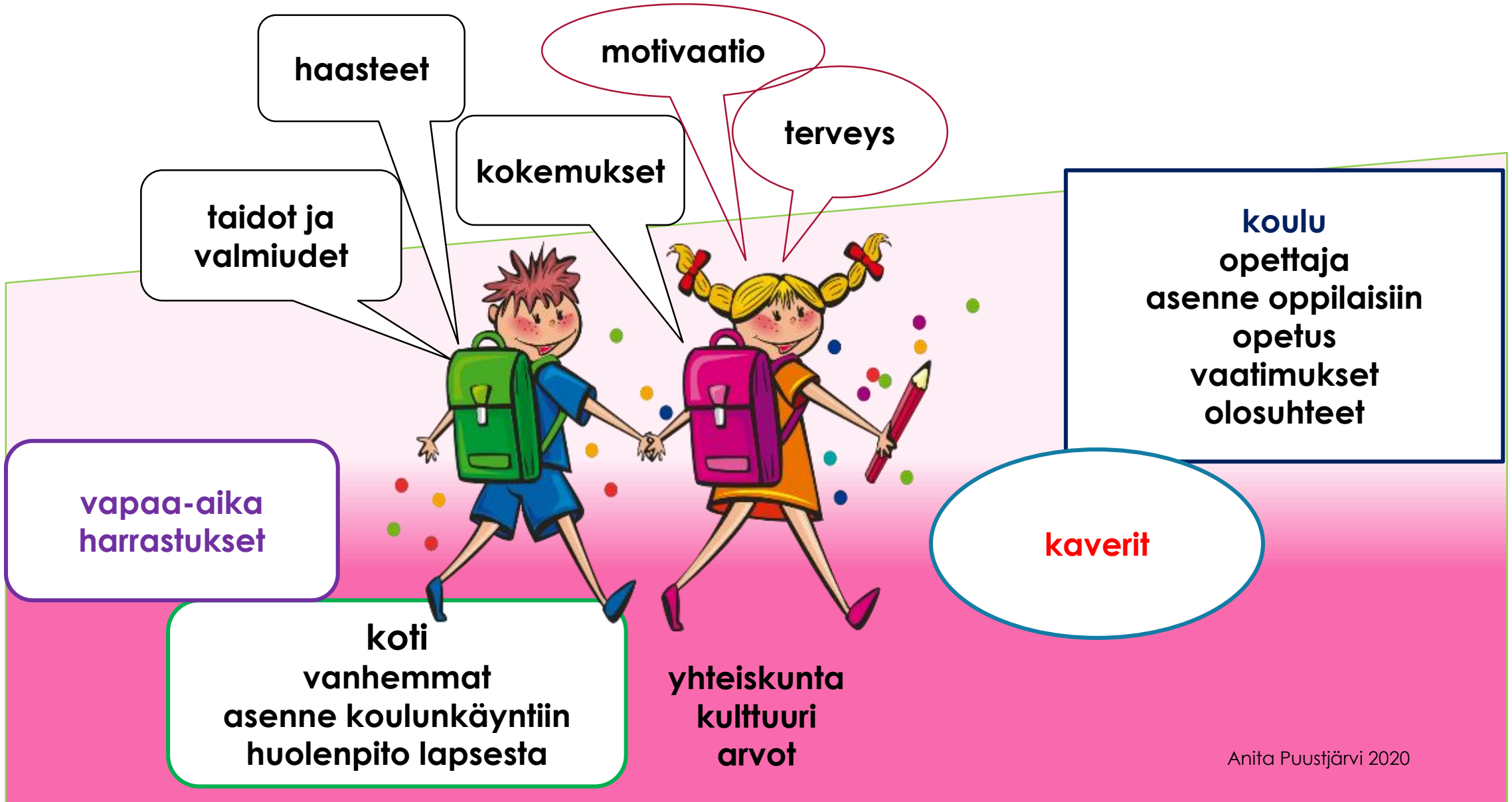
**Anita Puustjärvi**

**lastenpsykiatrian oyl, palvelulinjajohtaja, KYS**

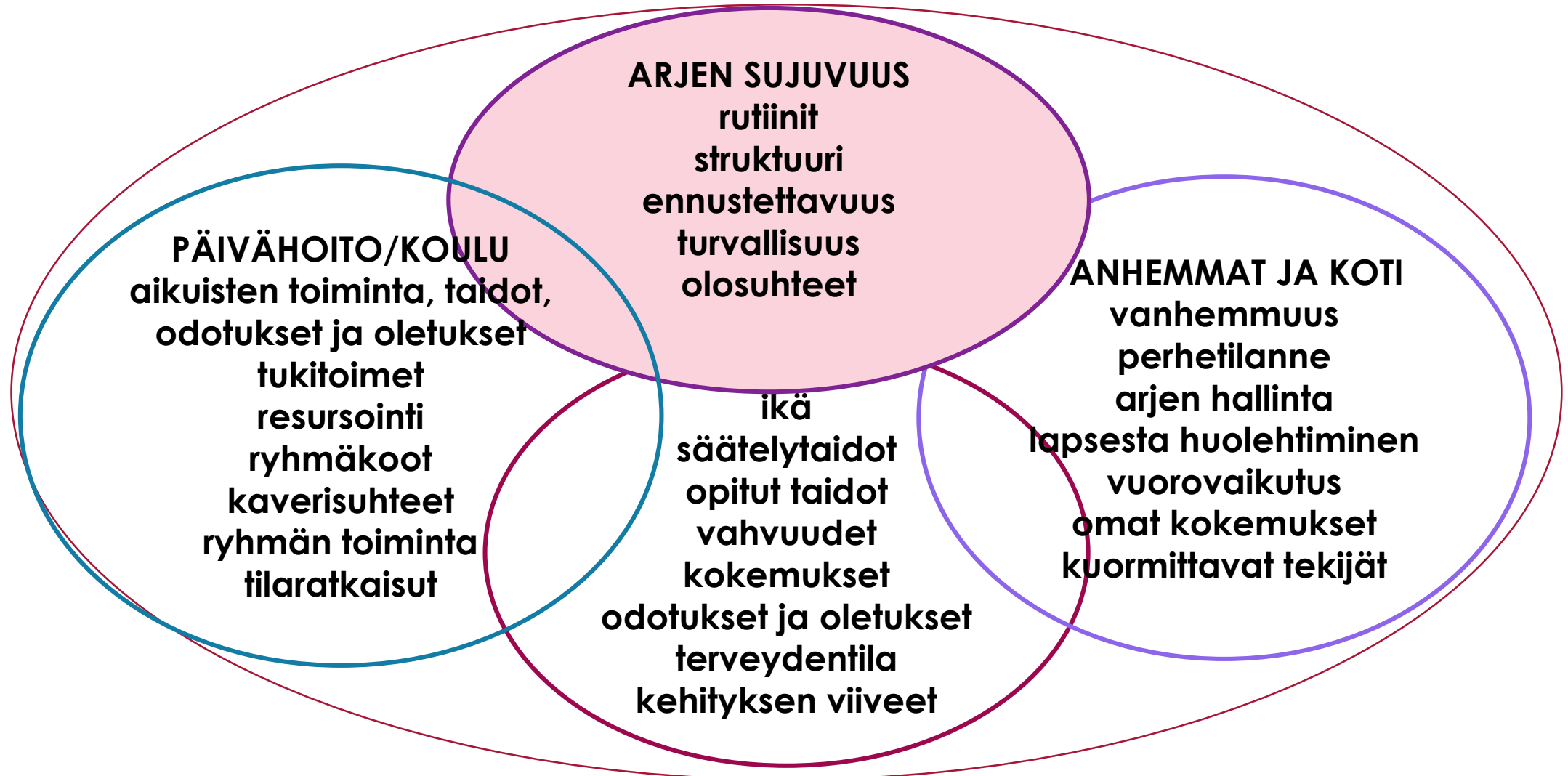
**osa-aikainen asiantuntijalääkäri, Kela**

**ADHD Käypä hoito-työryhmän pj**

# MILLÄ EVÄILLÄ KOULUUN?



# TOIMINTAKYKYYN VAIKUTTAVIA TEKIJÖITÄ



# OIREKUVA KOULUSSA



- koulussa ADHD-oireet voivat näkyä vaikeutena keskittyä oppitunneilla, liikkeelle lähtemisenä, tuolilla kiemurtelemisena, häiriöherkkyytenä ja usein myös häiritsevänä käyttäytymisenä
  - tarkkaamattomuuspainotteinen tyyppi ei ilmene aina ulospäin näkyvinä oireina
- koko luokalle annettujen moniosaisten ohjeiden vastaanottaminen voi olla vaikeaa
  - kun tehtävä jää ymmärtämättä, voi lapsi alkaa käyttäytyä häiritsevästi.
- koulusuoriutuminen ei välttämättä vastaa osaamista tai voi vaatia kohtuuttoman suuria ponnisteluja keskittymisen vaikeuksien vuoksi.
- toiminnanohjauksen ongelmat vaikuttavat suoriutumiseen ja omatoimisuuteen
  - välitunnit, siirtymätilanteet ja vapaamuotoisemmat tunnit ovat yleensä hankalimpia

# VARHAISKASVATUKSEN JA KOULUN TUKITOIMISTA

- koulussa toteutetut käyttäytymishoitoihin perustuvat tukitoimet parantavat toimintakykyä ADHD-oireisilla alakouluikäisillä lapsilla (B)
  - ympäristön muokkaus
  - strukturointi, päiväjärjestys
  - tilannetekijöiden muokkaus, tehokas ohjaus
  - tehtävien jako osatehtäviin
  - tekemisen sopiva mitoitus ja ajoitus
  - kannustava palaute
  - vireystilan säätelyn keinot, liikuntaseteli jne
- esimerkkejä soveltuvista menetelmistä
  - CICO (Check in Check out)
  - Prokoulu
- pedagogiset tukitoimet suunnitellaan pedagogisen arvion perusteella
  - arvioi tukitoimien riittävyys ja toimivuus
  - erityistä huomiota kannattaa kiinnittää opiskelustrategioiden opettamiseen
- tunne- ja sosiaalisten taitojen opettaminen koko ryhmälle vähentää käytösongelma A (Käytöshäiriöiden Käypä hoito-suositus)



**Oppilaan  
terveydentila**

**Elämäntilanne  
huolenpito  
stressi**

**Opiskeluympäristö,  
ryhmä ja ops**

**Oppilaan  
voimavarat  
ja vaikeudet**

**Koulun-  
käynti-  
kyky**

**Opetuksen  
toteutus ja  
tukitoimet**

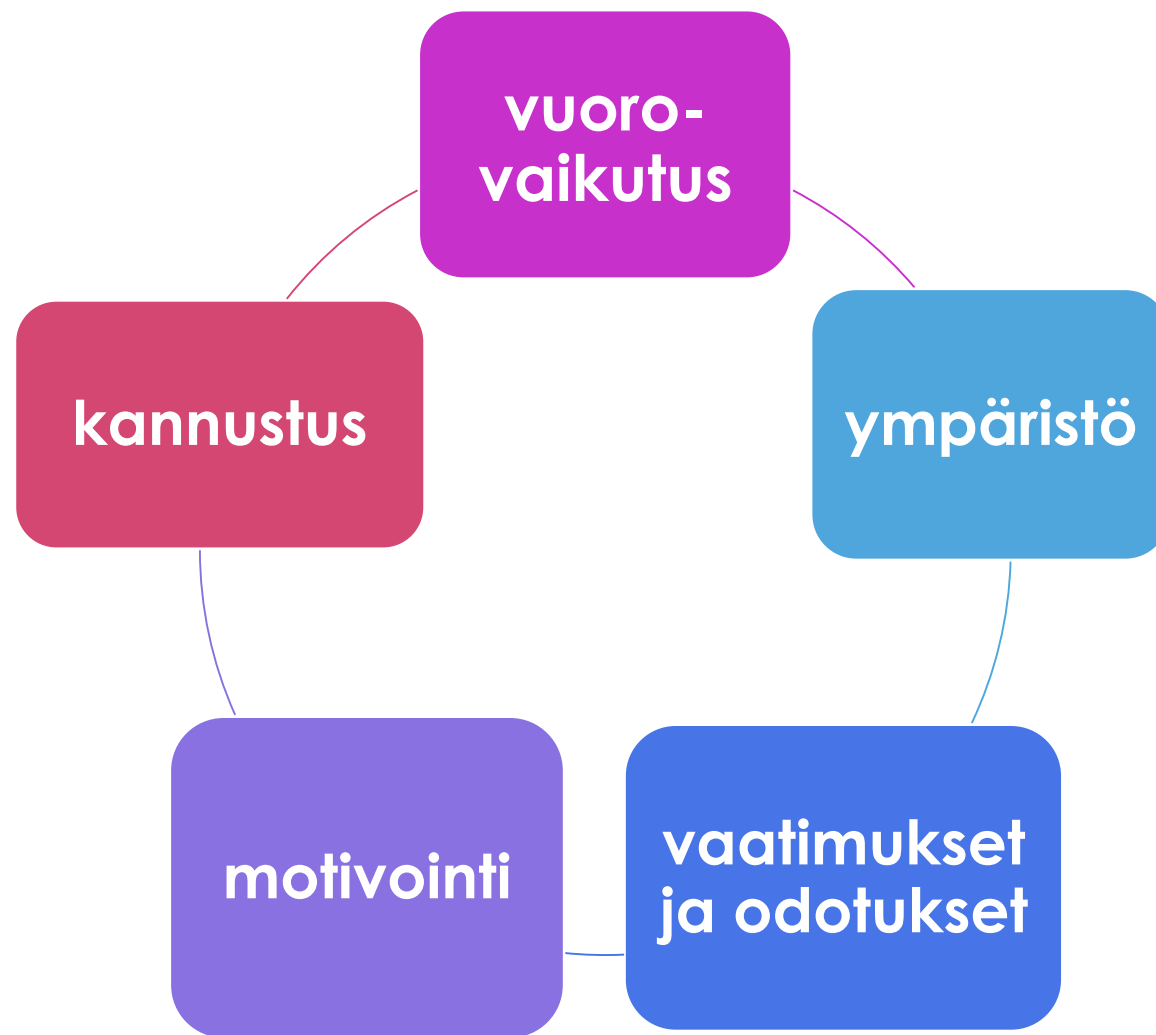
**Oppilaan  
taidot ja  
toimintakyky**

**muut tekijät  
oppilaan  
motivaatio  
opettajan  
jaksaminen**

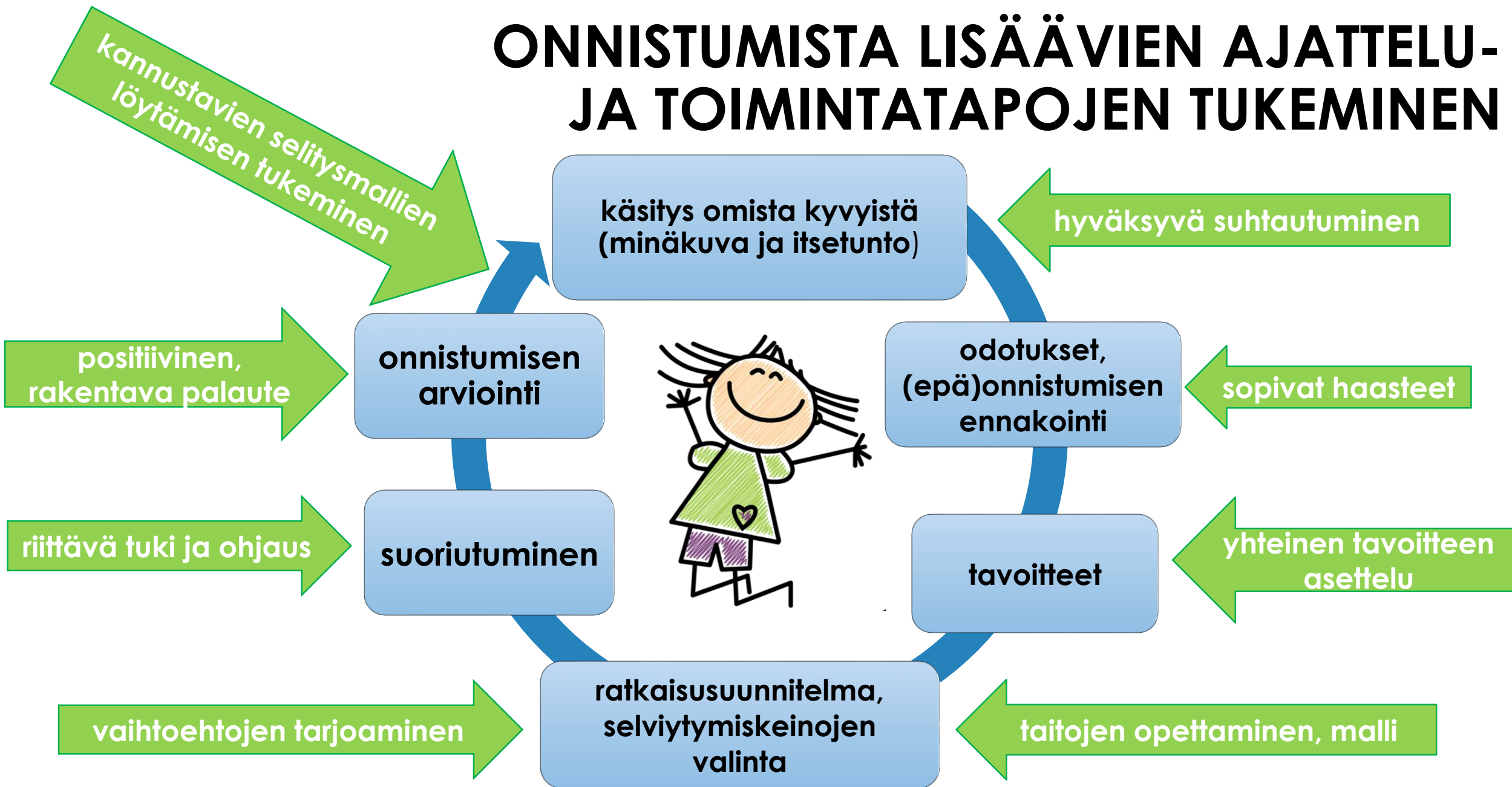
**Koulun saama  
tuki ja ohjaus**

# KOULUNKÄYNTIKYVYN TUKEMINEN

- mitä koulunkäyntikyvystä on olemassa ja mitä puuttuu?
- millaisia seikkoja ongelman taustalta löytyy?
- mikä on tavoite?
- mitä olisi mahdollista tehdä toisin?
- mihin on mahdollista vaikuttaa?
- mitä oppilas itse ehdottaa ratkaisuksi?
- kokeilu: jos jokin ei toimi, kannattaa kokeilla jotain muuta
- yhteistyö muiden toimijoiden kanssa



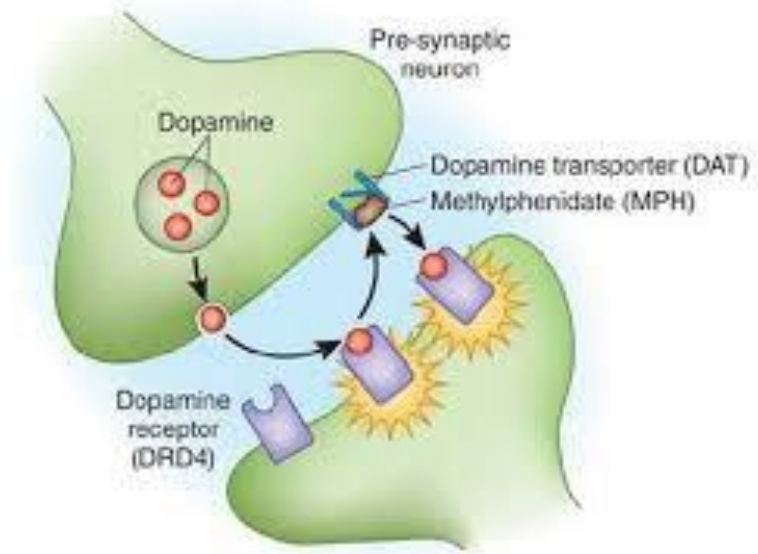
# ONNISTUMISTA LISÄÄVIEN AJATTELU- JA TOIMINTATAPOJEN TUKEMINEN



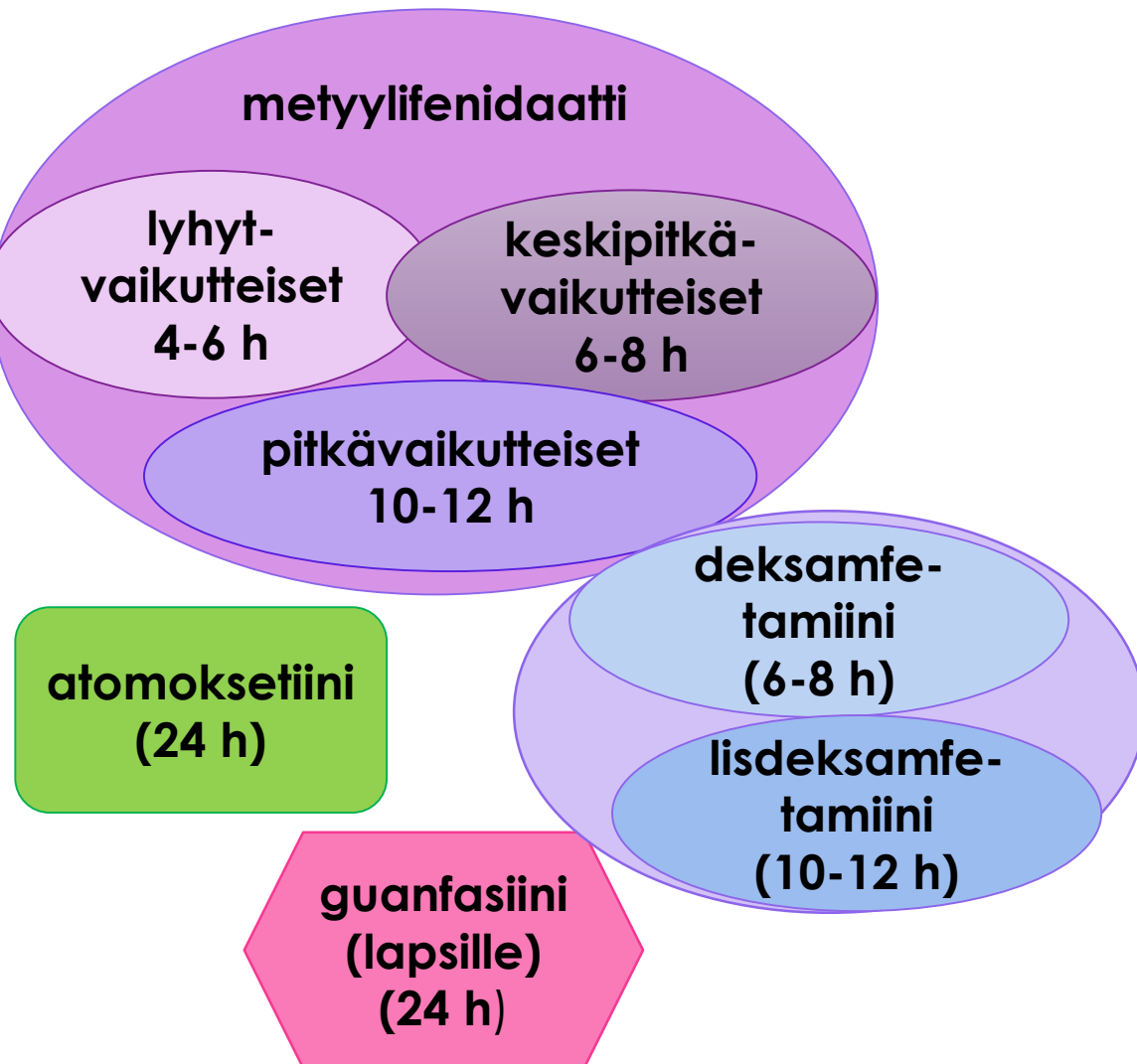


# ADHD:N LÄÄKEHOITO

- ADHD-lääkkeet stimuloivat hermoratojen toimintaa (normalisoivat eri järjestelmien toimintaa ja keskinäistä tasapainoa; lisäävät dopamiinin/noradrenaliinin pitoisuutta/vaikutusta reseptoritasolla)
  - vaikutus on väliaikainen, teho lakkaa lääkkeen poistuessa elimistöstä
  - lääkkeet lisäävät hermosolujen välisten yhteyksien syntymistä ja siten parantavat aivojen muovautuvuutta eli oppimiskykyä
    - taitoharjoittelu lääkkeen aikana kannattaa!
- lääkehoito on turvallista, tietoa lääkkeen käytöstä ja mahdollisista haittavaikutuksista on paljon
  - eivät ainakaan haittaa aivojen kypsymistä
  - myös pitkäaikaiskäyttö on turvallista (mm. Krinzinger H, Hall CL, Groom MJ, ym. *Neurosci Biobehav Rev.* 2019 Dec;107:945-968)



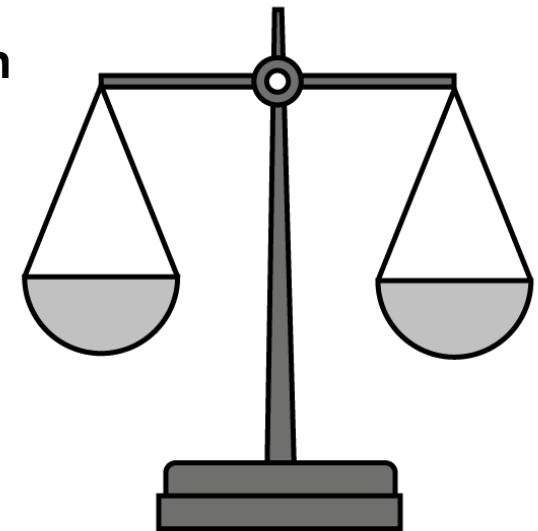
# ADHD:N HOIDOSSA KÄYTETTÄVÄT LÄÄKKEET



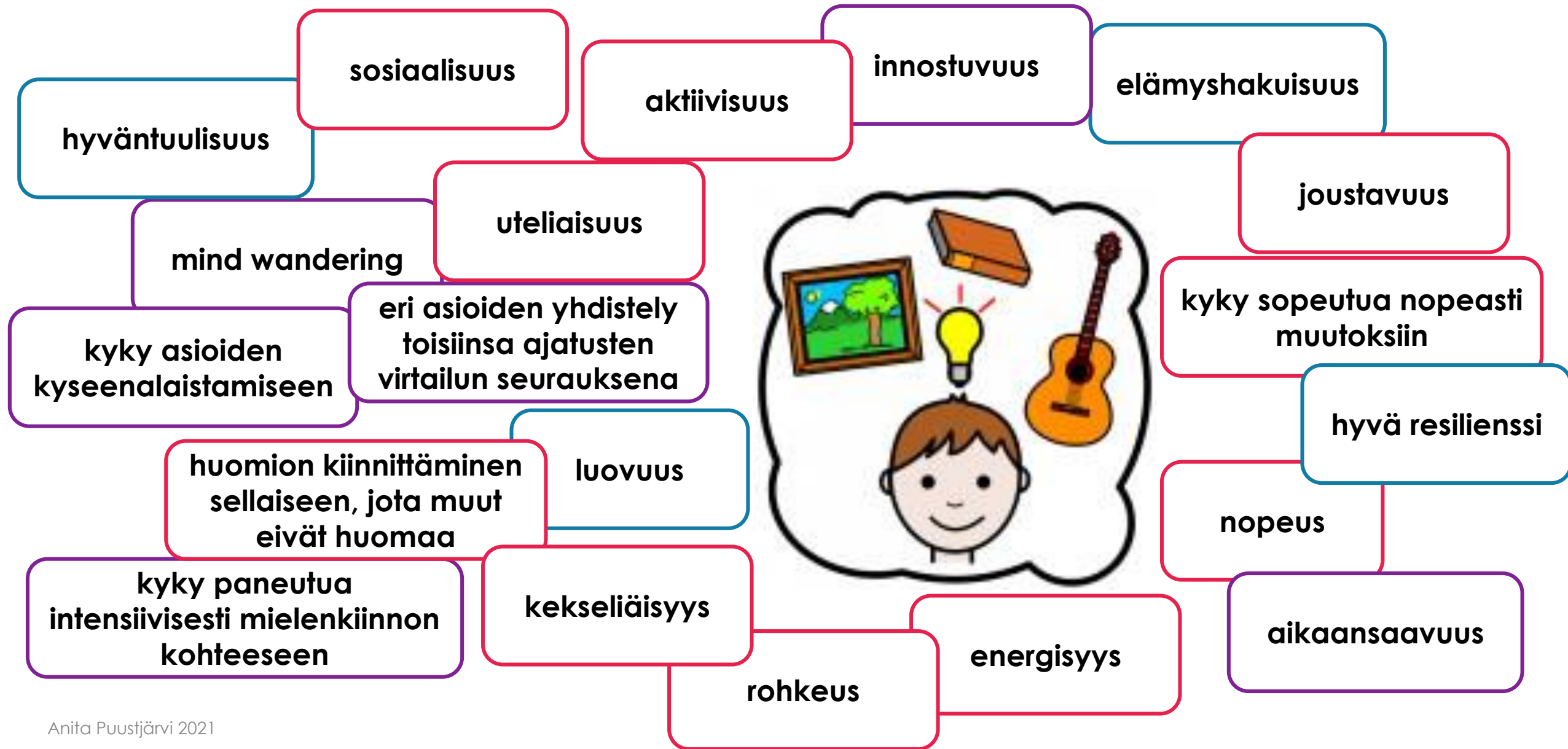
- metyyllifenidaatti ja deks- ja lisdeksamfetamiini ovat nopeavaikutteisia stimulanttilääkkeitä, joista on lyhyt-, keskipitkä- ja pitkävaikutteisia valmisteita
  - teho havaittavissa nopeasti
  - eri valmisteiden lääkeaineen vapautumisnopeudessa on eroja siten, että teho voi olla suurin aamulla, päivällä tai iltopäivällä
  - lääkkeen voi lopettaa heti
- atomoksetiini ja guanfasiini ovat pitkävaikutteisia
  - teho tulee vähitellen
  - tarkoitettu säännölliseen, jokapäiväiseen käyttöön

# LÄÄKKEIDEN HAITTAVAIKUTUKSET

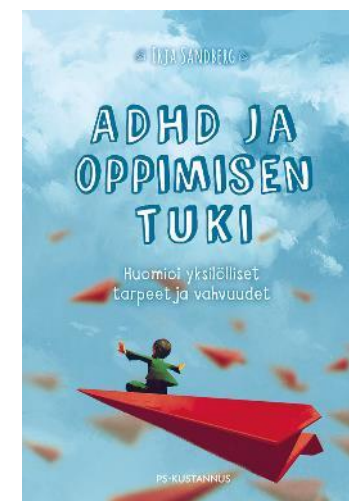
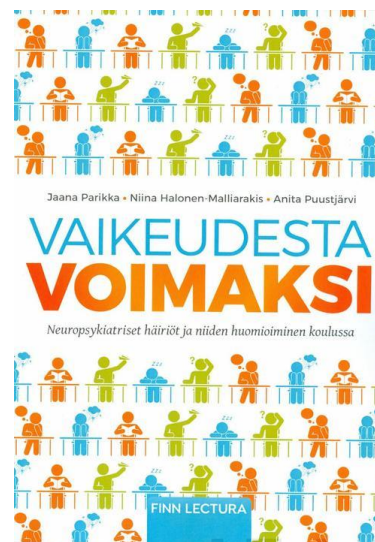
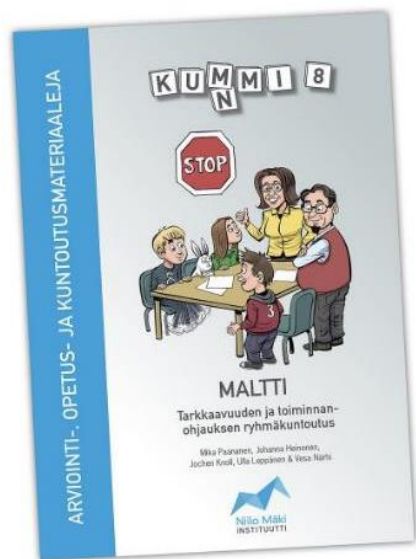
- lääkehoito on tutkittua ja turvallista
- lievät haittavaikutukset ovat tavallisia (ks Käypä hoito-suositus)
  - stimulantit ja atomoksetiini
    - tyypillisin haittavaikutus on ruokahalun heikkeneminen
    - tavallinen haittavaikutus on myös lievä syketaajuuden ja verenpaineen nousu lääkevaikutuksen aikana
    - muita tavallisia ADHD-lääkkeiden haittavaikutuksia ovat univaikeudet, päänsärky ja vatsakivut, joskus myös ärtyisyys, tunneherkkyys, muut psyykkiset oireet
  - guanfasiini
    - tavallisimmat haittavaikutukset ovat väsymys, verenpaineen ja pulssin lasku ja ruokahalun lisääntyminen
- haittavaikutuksia voidaan usein lievittää lääkkeen annosta tai ottoaikaa säätämällä tai vaihtamalla lääkevalmiste toiseen



# ADHD:N POSITIIVISIA PUOLIA



# VINKKEJÄ



- <https://koju.nmi.fi/podcast/osa-7-estaako-adhd-oppimasta-miten-keskittymista-voi-opetella/>
- [www.nmi.fi](http://www.nmi.fi) Kummit-sarja
- <https://peda.net/kuopio/varhaiskasvatus/nvtval/ajthaja>