

## Lyfjameðferð við ADHD

Lyf hafa um áratuga skeið verið notuð til að meðhöndla einkenni ADHD. Þótt ekkert þeirra lækni röskunina geta þau dregið úr einkennunum. Áhrifaríkustu lyfin jafnt fyrir börn og fullorðna eru örvandi lyf.

### Örvandi lyf

- Örvandi lyf eru algengust og ættu að vera fyrsti valkostur í lyfjameðferð við ADHD hjá börnum nema ef sérstakar frábendingar eru. Þau hafa verið notuð með góðum árangri í meira en hálfa öld.
- Talið er að örvandi lyf auki framleiðslu taugaboðefna í heilanum og færi þau í eðlilegra horf. Þetta gerir barninu kleift að einbeita sér betur og ná stjórn á hegðun sinni og hvatvísi.
- Tveir flokkar örvandi lyfja, *Methylphenydate* (Concerta, Methylphenydate Sandoz, Ritalin, Ritalin Uno, Medikinet, Medikinet CR) og *Dexamphetamin* (Attentin) eru á markaði á Íslandi. Þetta eru þau lyf sem hvað mest hafa verið rannsökuð og hafa hundruð rannsókna með þátttöku þúsunda barna verið gerðar á notkun þeirra í meðferð við ADHD. Lyfin þykja afar árangursrík og eru talin hættulaus.
- Örvandi lyf hafa sannað gildi sitt í meðferð á ADHD. Hjá um 80% barna lagast einkenni að einhverju leyti. Svörun er þó mismunandi og barn sem ekki svarar einu örvandi lyfi vel (einkenni minnka ekki), svarar oft öðru lyfi betur. Hvaða lyf er valið til að prófa fyrst er háð sameiginlegri ákvörðun læknis og foreldra.
- Methylphenidate lyf eru ýmist skjótverkandi eða langverkandi.
- Skjótverkandi lyf, en sem eru lítið notuð:
  - Byrja að virka 20–30 mínútum eftir að þau eru tekin inn.
  - Hafa áhrif í 3–4 klst. og þarf að gefa á u.þ.b. 4ra klst. fresti.
  - Oft þarf þrjá skammta yfir daginn til að barninu vegni vel seinni part dags.
- Langverkandi lyf:
  - Byrja að virka um hálfri til einni klst. eftir inntöku.
  - Hafa áhrif í 8-12 klst. og áhrifin haldast jöfn yfir daginn.
  - Aðeins þarf að gefa eina töflu á dag.

### Kostir örvandi lyfja

- Í mörgum tilfellum má sjá gríðarlegar breytingar til batnaðar í skólanum þegar barn með ADHD fær meðferð örvandi lyfja. Hin jákvæðu áhrif má oft sjá í bættri getu til að:
  - Stjórna hvatvísi og tilfinningum.
  - Halda aftur af sér og hafa stjórn á hegðun.
  - Byrja á og ljúka verkefnum.
  - Halda einbeitingu og auka afköst.

- Taka eftir og halda sig við efnið.
- Skipuleggja sig.
- Eiga samskipti við aðra.
- Takast á við vonbrigði
- Önnur jákvæð áhrif (á borð við fallettri rithönd og nákvæmni í verkefnavinnu).

### *Aukaverkanir örvandi lyfja*

- Örvandi lyf geta valdið aukaverkunum, þar á meðal eru:
  - Lystarleysi. Magaverkir.
  - Erfiðleikar með svefn.
  - Höfuðverkir.
  - Skapstyggið eða kvíði.
  - Bakslag (*rebound effect*) nefnist það fyrirbæri þegar einkenni ADHD versna (öfluglyndi, þirringur, óhlýðni, meiri hreyfiþörf) við dvínandi áhrif lyfjanna. Þetta stendur yfirleitt í 15–45 mínútur.
  - Hjá litlum hópi barna þróast eða koma í ljós duldir vöðvakippir (ósjálfráðar vöðvahreyfingar) svo sem grettur, að sjúga upp í nefið, hósta og fnæsa eða önnur raddhljóð. Þetta er mjög sjaldgæft og gengur til baka þegar lyfjagjöf er hætt.
- Dreigið getur lítið eitt úr hæðar- og þyngdaraukningu barna sem taka örvandi lyf en orsakasamhengið er óljóst. Rannsóknir benda til að mikill meirihluti barna nái þó eðlilegri hæð og þyngd á unglingsárum.
- Algengt er að bakslag vegna dvínandi áhrifa lyfja komi fram á þeim tíma dagsins þegar breytingar verða í umhverfi barnsins. Þetta er til dæmis þegar kennslu lýkur og barnið fer í skólavistun þar sem skipulag og væntingar eru aðrar en í kennslustofunni.
- Oft magnast einkenni ADHD t.d. þegar barnið er í strætó á leiðinni heim úr skólanum, er í vistun eftir skóla eða komið heim og þess er vænst að það vinni heimavinnuna sína. Því er ekki vitað hvort þetta gerist vegna dvínandi áhrifa lyfjanna eða hvort aðrir þættir eiga þarna hlut að máli.

### *Að finna réttan lyfjakammt (innstilling)*

- Þegar lyfjameðferð er hafin, krefst það nokkurs er nefnist *innstilling*. Þetta kallar á mikil samskipti lækni við foreldra og kennara og felur í sér:
  - Nákvæmt eftirlit með einkennum og hegðunarbreytingum (heima og í skóla) á meðan verið er að finna rétt lyf og réttan lyfjakammt.
  - Að ná fram sem bestum áhrifum af lyfjagjöfinni með sem minnstum aukaverkunum.
  - Að byrja á litlum skammti sem aukinn er á um viku fresti þar til ásættanleg svörun næst (færri einkenni og framfarir í skóla og heima).

## Önnur lyf

- Önnur lyf sem stundum eru notuð til meðferðar við ADHD og fylgiröskunum þess eru:
  - Atomoxetin (Strattera).
  - Amitriptylin (Amilin).
  - Clonidine (Catapresan).
  - Risperidonum (Risperdal).
- Stundum virkar best að gefa barni fleira en eitt lyf í einu, sérstaklega þegar um fylgiraskanir er að ræða. Lyfjastjórnun getur reynst töluvert flókin hjá þessum börnum sem kallar á góða samvinnu allra aðila sem málið varðar.