

Lever du med ADHD?

Spørsmålene nedenfor kan hjelpe deg til å finne ut om det.

Mange voksne lever med Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder (voksen ADHD) uten å ha oppdaget det. Hvorfor? Fordi symptomene ofte misforstås til å være et resultat av et stressende liv. Hvis du har opplevd denne type frustrasjon gjennom store deler av livet ditt, kan det hende at du har ADHD – en tilstand som legen din kan hjelpe med å diagnostisere og behandle.

Spørreskjemaet kan brukes som et utgangspunkt for å hjelpe deg til å erkjenne tegn/symptomer på ADHD hos voksne, men det er ikke ment å erstatte en undersøkelse hos en godt skolert behandler. **En korrekt diagnose kan bare bli stilt gjennom en klinisk vurdering.** Hvis du har spørsmål om diagnostisering og behandling av ADHD hos voksne, bør du diskutere disse med din lege uavhengig av resultatet i spørreskjemaet.

ADHD-selvrapporteringskjemaet for voksne-V1.1 (ASRS-V1.1) er ment for personer som er 18 år og eldre.

ADHD – selvrapporteringskjema for voksne-V1.1 (ASRS-V1.) Screener fra WHO Composite International Diagnostic Interview

Dato

Kryss av for den ruten som best beskriver hvordan du har følt og oppført deg de siste seks månedene. Vennligst gi det utfylte spørreskjemaet til din behandler i forbindelse med neste time, slik at dere kan diskutere resultatet.

1. Hvor ofte har du problemer med å avslutte en oppgave etter at de interessante delene er unnagjort ?
2. Hvor ofte er det vanskelig for deg å få orden på ting når du skal utføre en oppgave som krever organisering?
3. Hvor ofte har du problemer med å huske avtaler eller forpliktelser?
4. Når du har en oppgave som krever at du tenker nøye igjennom det du skal gjøre, hvor ofte unngår eller utsetter du å begynne på den?
5. Hvor ofte sitter du og fikler med noe når du må sitte lenge i ro?
6. Hvor ofte føler du deg overdrevet aktiv og tvunget til å gjøre noe, som om du var drevet av en indre motor?

| | Aldri | Sjelden | I blant | Ofte | Svært ofte |
|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| 1. Hvor ofte har du problemer med å avslutte en oppgave etter at de interessante delene er unnagjort ? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 2. Hvor ofte er det vanskelig for deg å få orden på ting når du skal utføre en oppgave som krever organisering? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 3. Hvor ofte har du problemer med å huske avtaler eller forpliktelser? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 4. Når du har en oppgave som krever at du tenker nøye igjennom det du skal gjøre, hvor ofte unngår eller utsetter du å begynne på den? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 5. Hvor ofte sitter du og fikler med noe når du må sitte lenge i ro? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| 6. Hvor ofte føler du deg overdrevet aktiv og tvunget til å gjøre noe, som om du var drevet av en indre motor? | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

Legg sammen kryssene i de mørklagte rutene. Fire (4) eller flere kryss tyder på at dine symptomer kan stemme overens med ADHD hos voksne. Det kan være hensiktsmessig at du snakker med din behandler om en nærmere vurdering.