

Anmeldung

Interessierte Patientinnen und Patienten melden sich vormittags im Sekretariat für Forschung und Lehre an, um das ADHS-Fragebogenpaket anzufordern.

■ **Telefon des Sekretariats:** 0234 5077-1321

Die ausgefüllten Fragebögen senden Sie dann bitte in dem dafür vorgesehenen Rückumschlag an unsere Institutsambulanz. Bitte schicken Sie uns auch Kopien Ihrer Grundschulzeugnisse. Frühestens 1 Woche nachdem Sie die Unterlagen abgeschickt haben, melden Sie sich bitte bei den Arzthelferinnen unserer Ambulanz (Tel. 0234 5077-1190), um einen Termin zum Vorgespräch mit dem Arzt der ADHS-Sprechstunde zu vereinbaren. Zu diesem Termin benötigen Sie Ihre Versichertenkarte und eine Überweisung.

Für den gesonderten Diagnostiktermin mit unserer Psychologin bitten wir Sie, drei Zeitstunden (für eine computergestützte Aufmerksamkeitstestung sowie ein ausführliches diagnostisches Gespräch) einzuplanen. Zu den folgenden Arztterminen besprechen wir mit Ihnen die Testergebnisse und Diagnose sowie die weiteren Perspektiven einschließlich Therapiemöglichkeiten und evtl. individuellem Therapieplan.

■ **Zuständig für Vor- und Nachgespräch der Diagnostik, medikamentöse Therapie, Psychoedukation im Einzelkontakt und Verlaufsuntersuchungen:**

Ärztin/Arzt der ADHS-Sprechstunde
Telefon: 0234 5077-1190

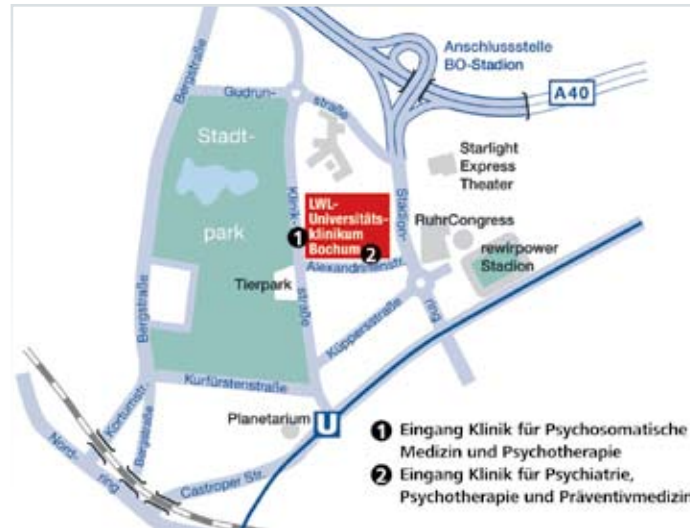
■ **Zuständig für Diagnostik und Gruppentherapie:**
Dipl.-Psych. Tanja Hölter, Psychologische Psychotherapeutin, tanja.hoelter@wkp-lwl.org

■ **Leiter der ADHS-Ambulanz:**
Dr. Marc-Andreas Edel, Oberarzt

Anfahrt & Kontakt

von der A 40 kommend: Ausfahrt Bochum Stadion • 3. Straße rechts in die Küppersstraße • bis zum Ende, dann rechts in die Klinikstraße • nächste Straße rechts in die Alexandrinenstraße

aus allen anderen Richtungen: siehe Anfahrtsplan
mit öffentlichen Verkehrsmitteln: ab Hbf. mit der U-Bahn 308/318 bis Haltestelle Planetarium



LWL-Universitätsklinikum Bochum der Ruhr-Universität Bochum

Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie und Präventivmedizin
im LWL-PsychiatrieVerbund Westfalen

Adresse: Alexandrinenstraße 1-3
44791 Bochum

Telefon: 0234 5077-0
0234 5077-1190 (Institutsambulanz)

Fax: 0234 5077-1719

E-Mail: info-uk@wkp-lwl.org

Internet: www.lwl-uk-bochum.de

LWL-Universitätsklinikum Bochum
im LWL-PsychiatrieVerbund Westfalen

Klinik für Psychiatrie, Psychotherapie
und Präventivmedizin

UK RUB UNIVERSITÄTSKLINIKUM DER
RUHR-UNIVERSITÄT BOCHUM



**Aufmerksamkeitsdefizit-/
Hyperaktivitätsstörung**

ADHS-Ambulanz

LWL

Für die Menschen.
Für Westfalen-Lippe.

ADHS bei Erwachsenen

Die Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) ist eine psychische Störung, die in der Kindheit beginnt und mit Problemen hinsichtlich Aufmerksamkeit (z.B. Träumen, leichte Ablenkbarkeit), Impulsivität (Sprunghaftigkeit des Denkens oder emotionale Ausbrüche bei mangelnder Selbststeuerung) und häufig auch Hyperaktivität (motorische oder innere Unruhe) einhergeht. Etwa drei bis zehn Prozent aller Kinder sind betroffen. Die Störung besteht oft bis ins Erwachsenenalter fort; bei zwei bis vier Prozent der Erwachsenen wird diese Diagnose gestellt.

Die ADHS ist eine neuropsychiatrische Erkrankung und stark erblich. Mehrere Gene scheinen in unterschiedlicher Stärke zur Ausprägung beizutragen. Dennoch sind auch positive oder negative Umwelteinflüsse verantwortlich dafür, ob bzw. wie eine ADHS als Störung in Erscheinung tritt.

ADHS ist therapierbar

Betroffene und ihre Angehörigen stehen meist unter erheblichem Druck. Versagen in Schule, Studium oder Beruf und die Entwicklung von weiteren („komorbiden“) psychischen Störungen sind häufig.

Die Therapie richtet sich nach dem Schweregrad, den jeweiligen individuellen Beschwerden sowie nach der Komorbidität. Da ADHS eine sehr komplexe Erkrankung ist, wird eine Kombination verschiedener Behandlungsansätze mit einer auf den Patienten und sein soziales Umfeld zugeschnittenen Therapie empfohlen.

Unser Angebot

Wir führen eine Diagnostik nach wissenschaftlichen Leitlinien durch. Zusätzliche psychische Störungen (bei ADHS nicht selten Depressionen, Suchterkrankungen, Angststörungen und Persönlichkeitsstörungen) werden mit berücksichtigt. Ist die Diagnose eindeutig, erfolgt eine individuelle Beratung und Behandlungsplanung. Bei Bedarf besteht die Möglichkeit, an unserem ambulanten Gruppenangebot für Erwachsene mit ADHS (ab vollendetem 18. Lebensjahr) teilzunehmen.

Unser Angebot sieht vor:

- Ausführliche ADHS-Diagnostik und Differentialdiagnostik
- Beratung nach erfolgter Diagnostik und Behandlungsplanung
- Medikamentöse Therapie
- Informierende, beratende und unterstützende (psychoedukative) ärztliche Einzelgespräche
- Verlaufsuntersuchungen
- Pharmakologische Behandlung von Begleiterkrankungen (z.B. Depression)
- Empfehlung nicht-medikamentöser Behandlungsverfahren
- Ambulante Gruppentherapie im Haus (Fertigkeiten-training und Achtsamkeitsgruppe)



Gruppentherapie



Unsere Instituts- und ADHS-Ambulanz

Unser **Fertigkeiten-Training** setzt sich aus verschiedenen bewährten Therapieelementen („Dialektisch-behaviorale Therapie“ (DBT) der Borderline-Persönlichkeitsstörung, Training emotionaler Kompetenzen, Psychoedukation und Coaching der ADHS im Erwachsenenalter) zusammen. Hierbei werden Fertigkeiten im Umgang mit Symptomen wie Konzentrationsschwierigkeiten, Aufmerksamkeitsproblemen, Unruhe- und Anspannungszuständen, Unorganisiertheit und Vergesslichkeit vermittelt und darüber hinaus Anleitungen gegeben, die Gefühlsregulation und Impulskontrolle zu verbessern.

In das **Achtsamkeits-Training** fließen zusätzlich Elemente aus der achtsamkeits-basierten Stressbewältigung und aus einem Pilotprojekt unserer Klinik zur achtsamkeits-basierten Bewegungstherapie ein. Ziele sind vor allem eine nachhaltige Verringerung von stressbedingten körperlichen und psychischen Symptomen, die bessere Bewältigung von Stresssituationen, der heilsame Umgang mit „schwierigen Emotionen“ (wie Angst, Wut und geringes Selbstwertgefühl), die Verbesserung der Konzentrationsfähigkeit einerseits und der Entspannungsfähigkeit andererseits. Die Übungen regen die Selbstakzeptanz, das Selbstwertgefühl und die Selbstwirksamkeitserwartung an.