



[kvinnehelseutvalget@hod.dep.no](mailto:kvinnehelseutvalget@hod.dep.no)

## Innspill til Kvinnehelseutvalgets arbeid

ADHD Norge takker for muligheten til å komme med innspill til Kvinnehelseutvalget.

ADHD er en nevroutviklingsforstyrrelse med uttalt konsentrasjonssvikt, hyperaktivitet og impulsivitet. Barn med ADHD har gjerne en spesifikk senmodning sosialt, slik at de kan ligge langt etter jevnaldrende på flere viktige områder, samtidig som evnene kan være aldersadekvate. Symptomene kan komme til uttrykk ved at de oppleves som lite kritisk til omgivelsene, de gir fort opp, lar seg lett avlede og kan ha nedsatt evne til å bedømme egne ferdigheter og prestasjoner. Mennesker med ADHD lever her å nå og kan ha vansker med å tenke langsiktig. For mange barn med ADHD vil evnen til konsentrasjon, oppmerksomhet, impulsivitet, planleggingsevne og selvregulering ligge langt under det som forventes ut fra generell utvikling, og skjevheten vil for mange vare hele livet.

I barnealder er det flest gutter som får diagnosen ADHD. Forholdet mellom kjønnene er 3:1 gutter og jenter. I voksen alder er forholdet 2:2 mellom menn og kvinner. ADHD Norge erfarer at mange unge jenter ikke får stilt ADHD-diagnosen før i voksen alder. Da disse jentene oftere har mindre synlig hyperaktivitet, og strever mer med tankekjør og impulsivitet, blir symptomene deres ofte misforstått som andre psykiske vansker som angst og depresjon. Risikoen ved sen diagnostisering og behandling er at man i større grad ramler ut av studier og arbeidsliv, og at man også utvikler tilleggs lidelser grunnet manglende mestring over tid.

ADHD Norge får mange henvendelser om kvinnehelse og økt symptomtrykk under puberteten, menstruasjonssyklus og overgangsalder. Dette er et tema som våre medlemmer er opptatt av. I 2021 laget ADHD Norge blant annet denne filmen og artikler om tema:

[https://www.youtube.com/watch?v=vW2J\\_fwuE4&t=6s](https://www.youtube.com/watch?v=vW2J_fwuE4&t=6s)

<https://www.adhdnorge.no/artikkel/adhd-og-hormoner>

Forskning viser at jenter med ADHD debuterer tidligere seksuelt enn sine jevnaldrende, har flere partnere og har dermed en høyere risiko for å bli tenåringsmødre. I Norge skrev Berit Skretting Solberg om kjønnsforskjeller ved ADHD i sin doktorgrad; <https://www.uib.no/nye-doktorgrader/133258/kj%C3%B8nnsforskjeller-ved-adhd>

Forskningen rundt variasjon av symptomer under menstruasjon og overgangsalder er i dag liten. Det er allmennlege og psykiater Lotta Borg Skoglund fra Sverige som akkurat nå

forsker på tema i Skandinavia. Dr. Sandra Kooji fra Nederland er en annen psykiater som snakker om tema. Hun skriver i sin forskning at kjønnsforskjeller i frekvensen av ADHD er fremtredende, men endres gjennom utviklingen i både kliniske og samfunnsmessige omgivelser. I klinikk er 80 % av barn og unge gutter, i voksen alder er 50 % menn (Kooji et al., 2010 og Larsson et al., 2011). Disse jentene og kvinnene må få tidligere hjelp og tiltak for å mestre symptomene på en bedre måte. ADHD Norge mener at det er behov for mer forskning på tema, også på norske forhold. Gynekologene må kunne noe om ADHD og hormonenes påvirkning på symptomene, samtidig som psykiatere og allmennleger må ha kompetanse på ADHD. Kunnskapen er i dag svært varierende og samarbeid mellom hjelpeapparatet er helt nødvendig.

<https://bmcp psychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12888-020-02707-9>  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27238069/>

Her kommer noen anbefalinger fra ADHD Norge om hvordan kvinnehelseutvalget konkret kan jobbe videre med kvinnehelse til personer med ADHD:

1. Studier viser en sammenheng mellom symptomer på ADHD og variasjon i hormonsyklus gjennom hele livet for kvinner med ADHD. Vi ønsker et økt fokus i spesialisthelsetjenesten på at når de diagnostiserer jenter og kvinner, må de hormonelle svingninger tas med i vurderingen av behandling og hjelpetiltak som settes inn og tilpasses puberteten, overgangsalder m.m.
2. Gjennomsnittsalderen for kvinner som får diagnosen ADHD er 36-38 år. Før den tid, blir jenter og kvinner gjerne feildiagnostisert med depresjon eller angst, som ofte kan være sekundære problemer som overskygger en ADHD-diagnose. ADHD hos jenter ser ofte annerledes ut med annerledes uttrykk enn hos gutter. Vi ønsker at man fanger opp jenter med ADHD tidligere, slik man gjør med gutter, og da trengs det mer kunnskap om ADHD spesifikt hos jenter inn i tjenestene.
3. Forebyggende arbeid i Skolehelsetjenesten for å unngå tidlig seksuell debut og ev. graviditet
4. Mer forskning på området

Oslo 22.02.2022

Mvh

Nina Holmen

Fagsjef i ADHD Norge