

Hjernetræning ser ud til at virke på ADHD

Af: Lone Nyhuus

I Ugeskrift for Læger gennemgår psykolog Ole Stjernholm de seneste 20 års publicerede forskning i neurofeedback som behandling af ADHD. Konklusionen er, at neurofeedback tilsyneladende er et effektivt supplement eller alternativ til medicin.

Den mest brugte behandling mod ADHD er centralstimulerende medicin. Men der er andre måder at blive hjulpet igennem sygdommen viser oversigtsartiklen i Ugeskrift for læger.

I november 2008 fortalte månedsmagasinet *Undervisere* om neurofeedback som en behandlingsmetode til ADHD. Dengang sagde direktør i ADHD-foreningen, Anne Worming:

"Tilbage i 2003 kiggede vores fagråd på hjemmetræning som et middel mod ADHD, og deres udtalelse danner baggrund for vores nuværende referenceprogram. Her er vores holdning, at der endnu ikke er tilstrækkeligt bevis for, at denne behandling virker. Men jeg vil også tilføje, at det ville være dejligt, hvis der var andre muligheder for at behandle ADHD end lige netop medicinen".

Ole Stjernholm gør rede for de bemærkelsesværdige resultater, som de seneste 10-15 års forskning - med kontrolgrupper, sammenligning med andre behandlingsmetoder og psykometrisk testning - har vist. Resultaterne herfra ser ud til at understøtte de tidlige positive fund. Det drejer sig om bedring af mental vedholdenhed, selektiv opmærksomhed og evnen til at hæmme impulsivitet.

Den mest anvendte behandling mod ADHD er centralstimulerende medicin, for eksempel Ritalin. Medicinen kan dog have bivirkninger (væksthæmning, kvalme, søvnløshed, og undertiden også tics) og kan maksimalt anvendes i 8-10 timer på et døgn. Derfor viser impulsiviteten, rastløsheden, afledeligheden m.m. sig igen sidst på dagen.

Ole Stjernholm skriver, at livslang afhængighed af centralstimulerende medicin er en udsigt, som mange patienter givet vil ønske sig fri for, og at neurofeedback derfor kan vise sig at blive et alternativ eller et supplement til den medicinske behandling. Desuden kan den kan være et alternativ for de 25-30% af patienterne, som ikke har gavn af medicin.

Bortset fra et enkelt af de studier, som Ole Stjernholm har gået igennem konkluderer man, at neurofeedback har en målbar effekt på de typiske symptomer for børn og unge med ADHD. Effektraten estimeres til at ligge relativt højt, nemlig 70-80 procent. Den høje effektrate skal dog ses i lyset af, at man endnu ikke ved nok om betydningen af forældrenes opbakning, barnets eller den unges motivation, eller graden af professionalisme hos behandleren.

Ole Stjernholm gør også opmærksom på, at der stadig mangler placebostudier og studier, der omfatter brug af falsk feedback, i forhold til ADHD. Før disse studier foreligger, kan neurofeedback som behandlingsmetode kun karakteriseres som sandsynligvis effektiv.

ANBEFAL

KOMMENTARER

Man skal være registreret bruger for at skrive kommentarer på folkeskolen.dk. Som registreret bruger får du også mulighed for at tilmelde dig nyhedsbreve m.m.

Tilmeld dig her

ANBEFALPRINTSEND SOM MAILDEL PÅ TWITTERDEL PÅ FACEBOOK

