

Obsah

Předmluva	9
Úvod	13
1. KAPITOLA	
Základní informace o ADHD a ADD	15
Nepozornost	15
Hyperaktivita	16
Impulzivita	16
ADHD a ADD a velké intelektové schopnosti	17
Kdo stanoví diagnózu?	17
ADHD a ADD – Diagnostická kritéria podle ICD-10 (DSM-IV/V)	18
Čtyři druhy ADHD a ADD	19
Diagnóza ADHD a ADD	20
Multimodální terapeutická koncepce	21
Možná doprovodná onemocnění neboli komorbidity	22
Dá se ADHD a ADD vyléčit?	23
Předepsání medikace	23
ADHD a ADD a puberta: Co je nutné vědět	24
ADHD a ADD má i své klady	27
2. KAPITOLA	
Typické chování dětí s ADHD a ADD	29
Impulzivita	29
Hyperfokus	33
Hyperaktivita se mění ve vnitřní neklid	38
Hypoaktivita	40

Chaos a nepořádek	44
Zapomnětlivost: Kde mám klíče?	47
Odkládání úkolů (prokrastinace)	50
Citlivost na pachy a zvuky	52
Vnímání času	55
Zacházení s penězi	57
Upovídanost	60
Rychlé uvažování	62
Extrémní smysl pro spravedlnost	64
Deprese: Nikdo mě nemá rád	67
Emoční výkyvy	70
„Už žádné prášky!“	71
Záchvaty vzteku a agrese	73
Rychlá jízda autem	76
Přecitlivělost	77
Neustálá chybná rozhodnutí	79
Opožděná puberta	81

3. KAPITOLA

Škola, vzdělání a profese	83
Bez pomoci ve škole to nejde	84
Nezájem o učení	86
Zvládneš to, ale musíš chtít	89
Ve škole outsider	91
Obětí šikany kvůli ADHD a ADD	93
Právo na kompenzaci znevýhodnění při vzdělávání	95
Jaká povolání jsou pro dospívající s ADHD a ADD vhodná?	97
Rekapitulace nadání a motivace	99
ADHD a ADD při dalším studiu	103

4. KAPITOLA

Rodina	107
Odloučení: Nikdo mě nechápe!	108
Profesionální pomoc poradenských míst	111
Osm základních tipů pro jednání s adolescentem s ADHD a ADD	113

5. KAPITOLA

Závislost	117
Zvýšené riziko pro dospívající s ADHD a ADD	117
Klement si připadá klidnější	118
Napětí a akce na internetu	122
Láska a partnerství	124
Na obě uši hluchá	128
A co sex?	130
Kriminalita	131
Dezorientace a zoufalství	134
Stále příliš pomalá	136
Tito dospívající jsou na dobré cestě	137

6. KAPITOLA

Co prospívá adolescentům s ADHD a ADD	139
Hudba	139
Pohyb	139
Systémy odměn	140
Fixní body v průběhu dne	140

7. KAPITOLA

Otázky související s ADHD a ADD u adolescentů	141
Vyskytují se u adolescentů s ADHD a ADD časté problémy se spaním?	141

Mohou si adolescenti s ADHD a ADD udělat řidičský průkaz?	142
Způsobují adolescenti s ADHD a ADD větší počet dopravních nehod?	142
Pozor!	143
Dochází u adolescentů s ADHD a ADD k častějším zraněním než u ostatních?	143
Je vyšší i riziko úmrtí?	144
Pomůže při ADHD a ADD neurofeedback?	145
Mají coly nebo energetické nápoje uklidňující účinek při ADHD a ADD?	145
Je porucha ADHD a ADD dědičná?	146
Pomůže při ADHD a ADD dieta?	146
Může paracetamol v těhotenství způsobit ADHD a ADD?	146

8. KAPITOLA

Novinky a klíčové body: To nejdůležitější v kostce	149
Nová studie k civilizačnímu onemocnění ADHD a ADD odstartovala v roce 2015	149
Dá se ADHD a ADD poznat podle hlasu?	149
Přezdívky jsou zbytečné	151
Doslov	155
Doporučená literatura	157