

Europako AGNH-aren hilabetea, ADHD Europea-n eskutik

AGNH-a nesketan eta emakumetan aldarrikapena, 2017-ko urriak

Politiko ,aditu eta publiko orokorrean,

Europako AGNH-aren hilabetean, ADHD- Europe, Europan eskualdeko eta nazioarteko elkartzen duen erakundea, emakume eta neskatik ugari Europan eta munduan bizi duten egoerari arreta gehiago eskatu nahi du.

Esaten dugu ugari AGNAH nola azaltzen den emakumetan eta neskatiletan eta izaten duten ulermen ezagatik, askotan ez daude diagnostikatuta edo diagnostiko oker bat dute, eta horregatik erronka asko gainditu behar dituzte, horietako asko gure aldarrikapenean irudikatzen ditugu.

ADHD Europe gara eta Europak eta mundu osoak gure deia entzutea espero dugu, eta argi batek distira egin dezala emakume hauen gainean, laguntza eta aitopenearekin beraien gizarte eta herrialdeetako kide aktibo bilakatu litezke.

Aldarrikapen honek AGNH-a duten nesken eta emakumeen esperientziak biltzen ditu, baita gaur egun arte lortutako aurrerapen zientifikoak ere. Gure gomendioak eskainiko ditugu, baita ekintzarako deiarra ere, arazoa konpontzeko hain premiazkoak direnak. Ikerlariak diotenez emakumezkoetan AGNH-a diagnostikatzea eta ebaluatzea gizonezkoetan baino zailagoa dela. Horregatik, alde batetik, agerpena beranduago izaten da eta beste aldetik era ezberdin batera adierazten da. Hasteko , pentsatzen da tipo inatentoko AGNH-a emakumetan arruntagoa dela. Aditu akok gaizki ulertzen dituzte sintoma hauek, eta askotan, honen ondorioz gogo-aldarte gorabeherarekin , antsietatea edo erlazionatuta dauden beste gaitzekin nahasten dute AGNH-a.

Izan ere, emakumetan AGNH-a barneko beste arazoak bezala azaldu liteke (adibidez, antsietatea, arreta gabezia) eta kanpoko arazoak bezala gutxiagotan (adibidez, portaera desafiatazalea, erasotzalea). Nahiz eta neskek itxura inplorsiborik ez eduki edo gelan joera hiperaktiborik ez izan, beraien portaera barneratzaera jotzen dute eta beraien pentsamenduek arreta gabezia eta barne ezinegona eragin litzaizkieke. Hau, batzuetan, ikusi dezakegu bere ilerekin jolasten ari dela etengabe, bere aulkian mugitzen, bere pentsamenduetan murgilduta, egunez ametsetan eta trebetasun sozial gabezia nabarmen bat.

Arreta gabezia eta arazoen barneratzea oso zaila da AGNH-a duten nesketan, baina inguruan daudenarentzat arazo gutxiago sortzen dituzte, adibidez, irakasleentzat, halaber, askotan beraiek bakarrik borrokatu behar dute arazoekin, askotan, isilpean.

AGNHA-a emakumetan buruko beste gaitzekin lotzen da. Honek oinarri biologikoa izan dezake, ikerketak adierazi dutelako burmuinean estrogeno mailaren aldaketak AGNH-a duten nesketan eragin handiagoa izan dezakeela, nerabetasunean eta baita heldutasunean ere, humore aldaketa larriagoak izaten dituzte premiestruazioan, depresioa edota antsietatea. Nerabezaroan AGNH-a duten neskek aurrera jarraitzeko baliabide gutxiago dituzte, gizartearekiko, eskolarekiko eta familiarekiko arazo gehiago izango dituzte. Nerabezaroan lagunak mantentzea zailagoa da beraientzat, lagunarekin hitzorduak ahaztu edo beraiekiko itxurazko interesgabeziagatik, egozentrismoaren nahastu daitekeena.

AGH-a duen neska edo emakume bat diagnostiko edo tratamendurik gabe gelditzen bada, beste arazo batzuk ekar dakizki, nola bulimia zein anorexia bezalakoak edo antzekoak. Gainera, azaldu daitezkeen beste joeren artetan, jarduera sexual goiztiarrak dira, ondo sentiarazteko beharrak bultzaturik, autoestimua baxu baten auto-tratamendu bezala. Portaera honek ekar ditzake protekzio gabeko erlazio sexualak, eta nerabeen artetan haurdunaldi eta jatorri sexuarekiko gaitzak ekar ditzake. Baita beraien eskolako urteetan erretzeko ohitura goiztiar bat ere.

Beraz, ez diagnostikatutako AGNH-aren ondorioak AGNH-a duten helduak dira, dibortzioa errazago jasan dezakete, edo gurasobakarreko familia bat eraiki. Formakuntza gutxi jaso, lanik gabe egon, loezina izan, fibromialgia, etengabeko estresa, egunerokotasunean sortzen diren arazoei aurre egiteko duten baliabidegabeziagatik. Eta bizi itxaropena baxuagoa izaten dute istripuarengatik. AGNH-arekin diagnostikatu edo tratamendurik jasotzen ez duten nesken artean berain buruz beste egiteko joera gehiago dute.

Helburu hau lortzeko, eta emakumetan eta nesketan AGNH-aren sintomak hobeto ulertuak izan behar dira, gurasoengatik, irakasleengatik, osasun arloko adituengatik eta orokorrean, gizarteengatik..

Gomendioak/ekintzarako deiak:

AGNH-aren ebaluaketa nesketan zailagoa denez, beharrezkoa da:
AGNH-a emakumetan nola azaltzen dan ikerketa gehiago;
AGNH-a nesketan eta emakumetan diagnotikatzeko bereziko adierazgarrien
zerrenda;
Detekzio sistema bat ezarri dezatela emakumetan eta nesketan AGNH-a
igarritzeko,

Informazio gehiago gurasoentzat, medikuentzat, nerabeen eta haurren
psikiatrentzat eta psikologoentzat :

- a) AGNH-a neska eta emakumetan adierazleak;
- b)AGNH-arekin lotutako beste gaitzak, komorbiditatea;
- c)Tipo honetako AGNH.an emozioen papera;
- d)Nerabeetan ze eragina duten estrogenoak berain humore aldaketetan ;
- e)elikagaien trastorno gehiago izaten dituztela,
- f)AGNH-a duten emakumeen eta nesken artean joera gehiago dagoela
antsietatea eta depresioa izateko .

Andrea Bilbow OBE, President ADHD-Europe AISBL,
Rue Washingtonstraat 40,1050 Brussels/Belgium:presidente@adhd_europe.eu

And

the ADHD Awareness Action Committee Members:

Isabel Rubio, President Fundacio ADANA, Barcelona/Spain:
adana.irubio@fundacioadana.org

Dr. Ed. Joanne Norris, Education Chair: ADHD, ASC & LD Belgium

Suzette Everling, Vice-President: Treffpunkt ADHS, Luxembourg:
suzette.everling@education.lu

Ute Koehler, Juvemus: vorstand1@juvemus.de

Rose Kavanagh, Coordinator INCADDS, Galway/Ireland:
kavanaghrose@gmail.com

Edited: Dr. Kate Carr-Fanning, Vice-President ADHD-Europe