



Ósjónligt - tað sæst ikki á skræðuni, hvussu hon stríðst

Vælkomin til skeið í ADHD/ADD

6 komandi týskvøld kl. 19:00-21:30

19:00-19:30 evni

19:30-20:00 prát & spurningar
steðgur í hálvan tíma

20:30-21:00 evni

21:00-21:30 prát & spurningar

Evni í dag

Yvirskipað um ADHD/ADD
Samfelagið og ADHD
Neurologi og ADHD

Royndir og teori!



MEGD húsið

Skrivstovan er í kjallaranum



1995 - Stovnað MBD/Damp-felag

2009 - Endurstovnað ADHD-felagið

2019 - 27 gjaldandi limir

Rundferð & ADHD Megnartak

Limir í ADHD Norden

#viðurkenning

2020 - 191 gjaldandi limir

Skrivstovu í MEGD

Sjálvhjálparbólkar

2021 - 275 gjaldandi limir

1.juni ADHD/ADD-Autismu vegleiðing

Limir í ADHD Europe

Granskning “ADHD í Føroyum”

#øðrvísisaman

Endamál felagsins m.a. er

At varpa ljós á ADHD.

At virka fyrir optimalum möguleikum fyrir fólk við ADHD

At fremja samarbeiði millum foreldur, avvarðandi, stovnar, læknar, skúlar, arbeiðspláss og onnur, ið hava við fólk við ADHD at gera.

At virka fyrir, at tilboð verða til fólk við ADHD og teirra avvarðandi.

Limir

Øll kunnu gerast limir, einstaklingar eins og stovnar, ið kunnu taka undir við endamáli felagsins, og sum kunnu gjalda tað av aðalfundinum ásetta limagjald. Melda teg sum lim her

Fíggjarviðurskifti

ADHD felagið er ikki á fíggjarlögini og fær ikki annan almennan stuðul.

Vit fáa pening frá limagjaldi og stuðli.

The screenshot shows the homepage of the ADHD Felagid website. The header features the "ADHD FELAGID" logo. Below the header, a banner with the text "#Viðurkenning" and two buttons ("TEKNA TEG SUM LINN" and "STUÐLA FELAGNUM") is displayed. A small video thumbnail of a woman is visible on the right. The main content area includes a headline "-Forvitnisliga ADHD Rundferðin heldur loksins áfram!", a date ("13. maí, 2021"), and author ("Bjerg Dam"). Below this is a large section titled "ADHD RUNDFERÐ" with names of contributors: Lívar Nysted, Tormóður Stórá, Tórfríð Danielsen, and Bjerg Dam. To the right is a sidebar with a search bar ("Leita") and a "Poddyrpa" section featuring Tormóður Stórá.

The screenshot shows the Instagram profile for "adhd_felagid". The profile has 29 posts, 574 followers, and 115 following. It is described as an "ADHD felagið Organisation". A link to "Mældu til sjálfhjálparbók" is provided. Below the bio are links to various social media platforms. At the bottom, there are two video thumbnails: one of a woman and another of a man, both associated with "ID RUNDFERÐ".

The screenshot shows the Facebook group page for "ADHD limir", which is a private group with 138 members. The group cover photo features a diverse crowd of people from behind. The page includes tabs for "Um", "Kjak" (which is active), "Announcements", "Rooms", "Topics", "Limir", and "Fléir". A post by "Bjerg" asks "What's on your mind, Bjerg?", and a note at the bottom says "Bólkur tyri allar limir í ADHD felagnum. Eitt trygt".

“tit skilja meg”

“Øll børnini í barnagarðinum høvdu ADHD, kemur tú út at súkkla?”

“Eg visti ikki, at tey eisini hava ADHD í Havn?”

“tað er, sum eg altíð havi kent tykkum”

“haví altíð følt meg øðrvísi”

“Her kann mann bara verða segsjálvan”

Ymsar stýrisskipanir



ADHD stendur fyri:

Attention **D**eficit **H**yperactivity **D**isorder:

=

Uppmerksemis **M**angul **H**yperaktivt **Ó**rógv

ADD er undirgrein av ADHD!

Atferðarórógv

Neuropsykiatriskt órógv:
ávirkar tær eksekutivu funktiónirnar.

Arvaligt í allar flestu førunum

Tummilfingraregul:
Atferðin er ikki aldurssvarandi
- taka av 30% av aldrinum

Hvat er ADHD

ADHD hugtakið er rímiliga nýtt, diagnosan gomul!

1874 : Atferð lýst “Børn sum ikki kundu innorna seg”
“Óhoyriligr” “óuppdriðin”.

1902 - Barnalæknin Still, hypotesu um, at tað er
fysiologiskt og ikki sosialt

1980'ini ADHD og ADD

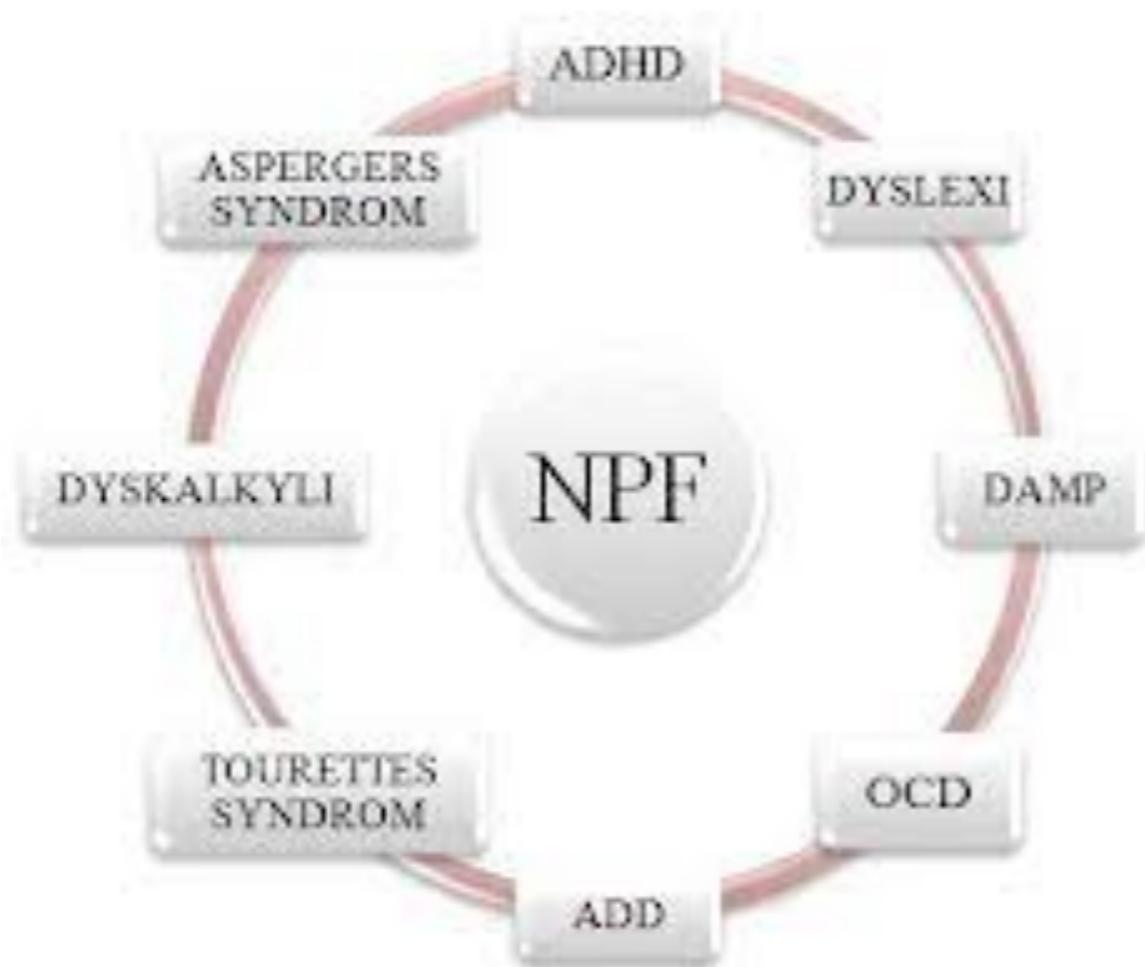
nýggjari tíð, vaksin hava eisini adhd

Títtleiki

- WHO 5%
- Ísland 7-10%
- Danmark 2-5%
- Føroyar ??
(vaksin uml. helvtin)
- 1-2 børn í hvørjum flokki !!

Hvussu tosa vit um ADHD

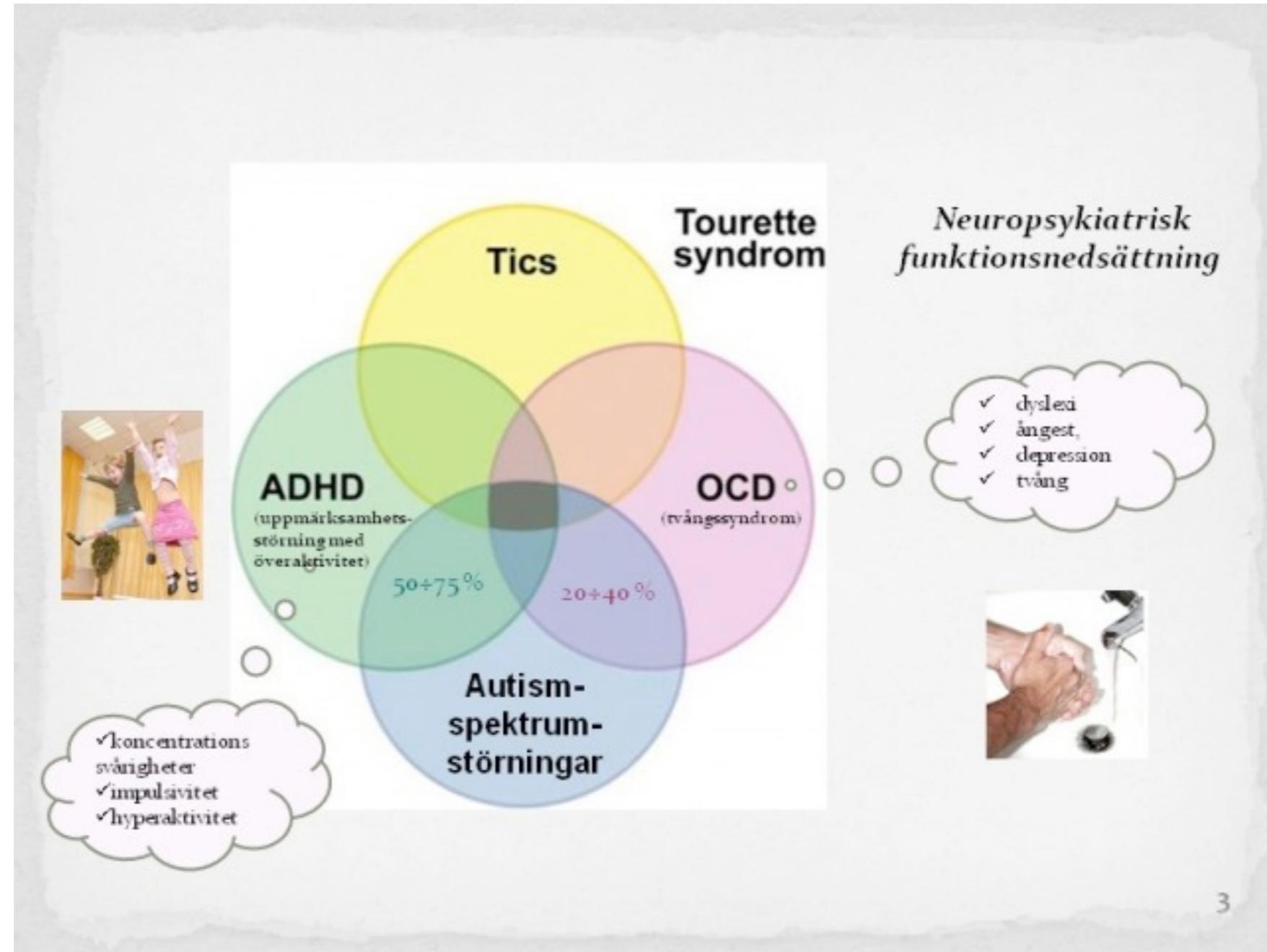
Neuropsykiatriskt órógv



÷Sjúka
÷Brek
÷Tarn
÷Ólag
÷Sálarjúka

Atferðarógv

Vit skapa heimin við orðum!



3

Javnseta & normalisera - **stigmatisering**

Sært tú illa

- fært tú brillur

Hevur tú ADHD/ADD fært tú:

dopamin

psykoedukatión (DAT, kognitivar viðgerðir)

hjálpitól

sernámi

tillagingar í umhvørvinum

Eyðkenni

Dimensionel diagnosa - skalerað: at man kann hava eitt sindur ella nógv. (móts. kategorellar diagnosur entin/ella).

= *at børn við ADHD eru sera ymisk*

A**tention**

Lítið _____ Nógv

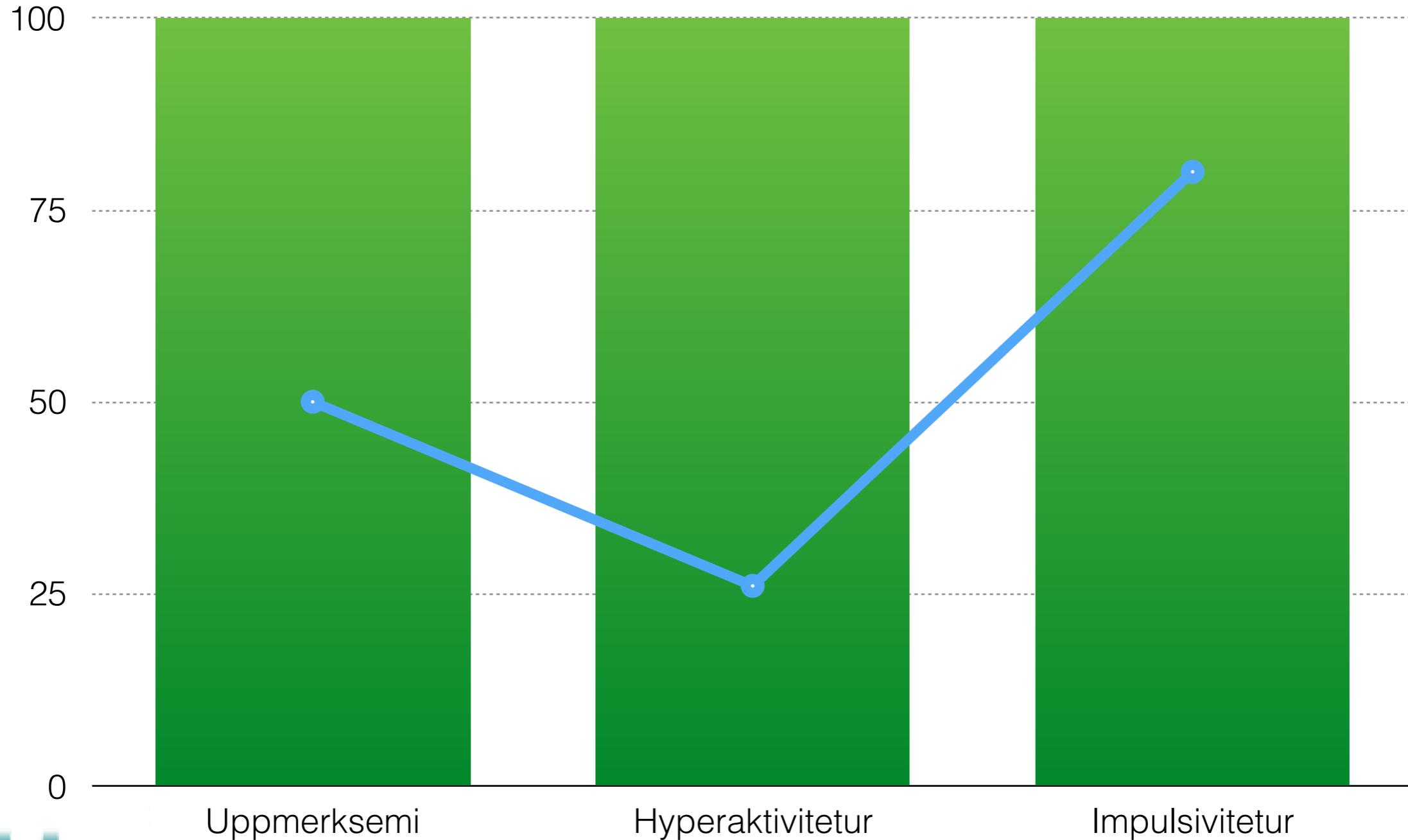
H**yperaktivitet**

Lítið _____ Nógv

I**mpulsivitet:**

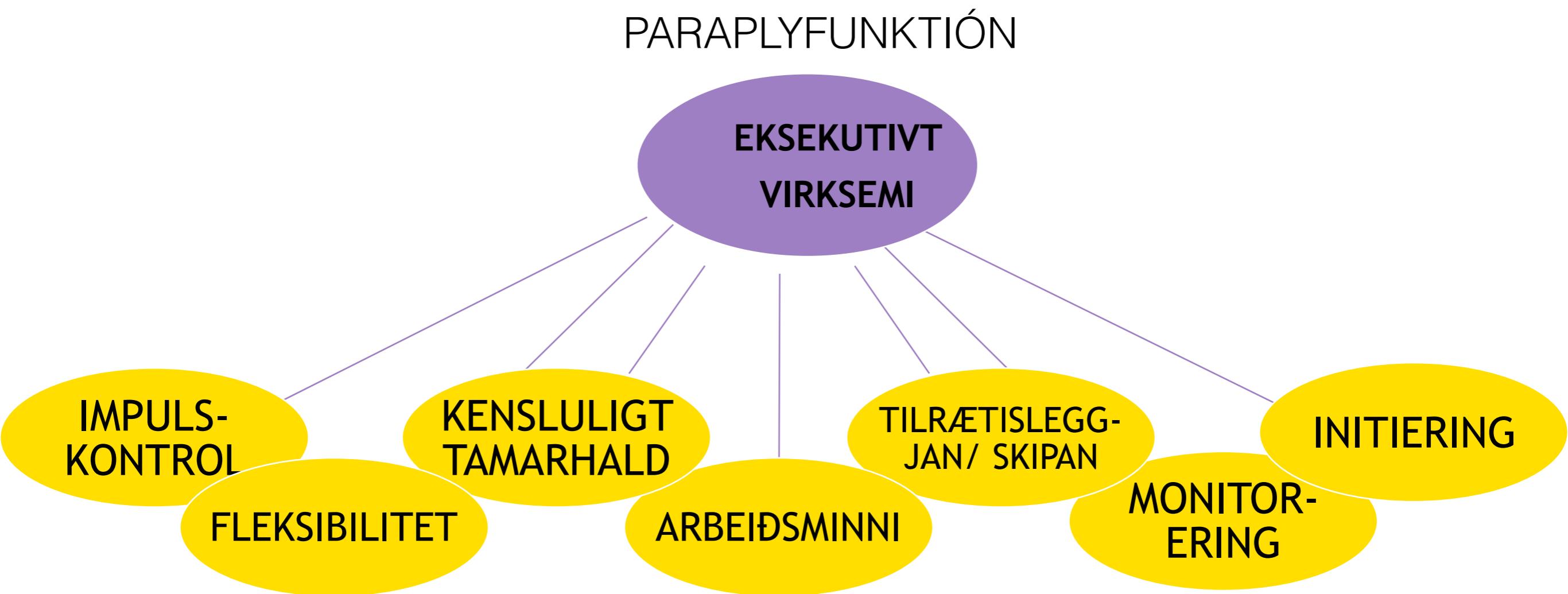
Lítið _____ Nógv

Hvussu væl børn við ADHD mennast avgerð:
- hvussu umhvørvið mótr teimum, hvørja viðgerð, hjálp, stuðul tey fáa, og
hvussu tíðliga í lívinum barnið fær hjálp!



Eksekutivar funktíónir

eru eitt hugtak, ið fevnir um førleikar, ið vit nýta, tá vit útinna málrættaða atferð og tá vit tilpassa okkum til skiftandi umstøður og broytingar í okkara umstøðum.

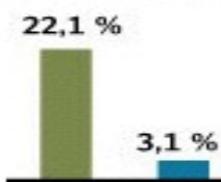


Dirigenturin er manglandi





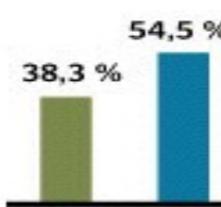
Andel af børn med ADHD fjernet fra eget hjem i forhold til børn uden ADHD.



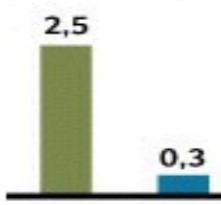
Voksne med ADHD
Voksne uden ADHD



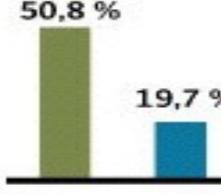
Andel udelukkende med afsluttet 9. klasse.



Antallet af komorbide psykiatriske diagnoser*

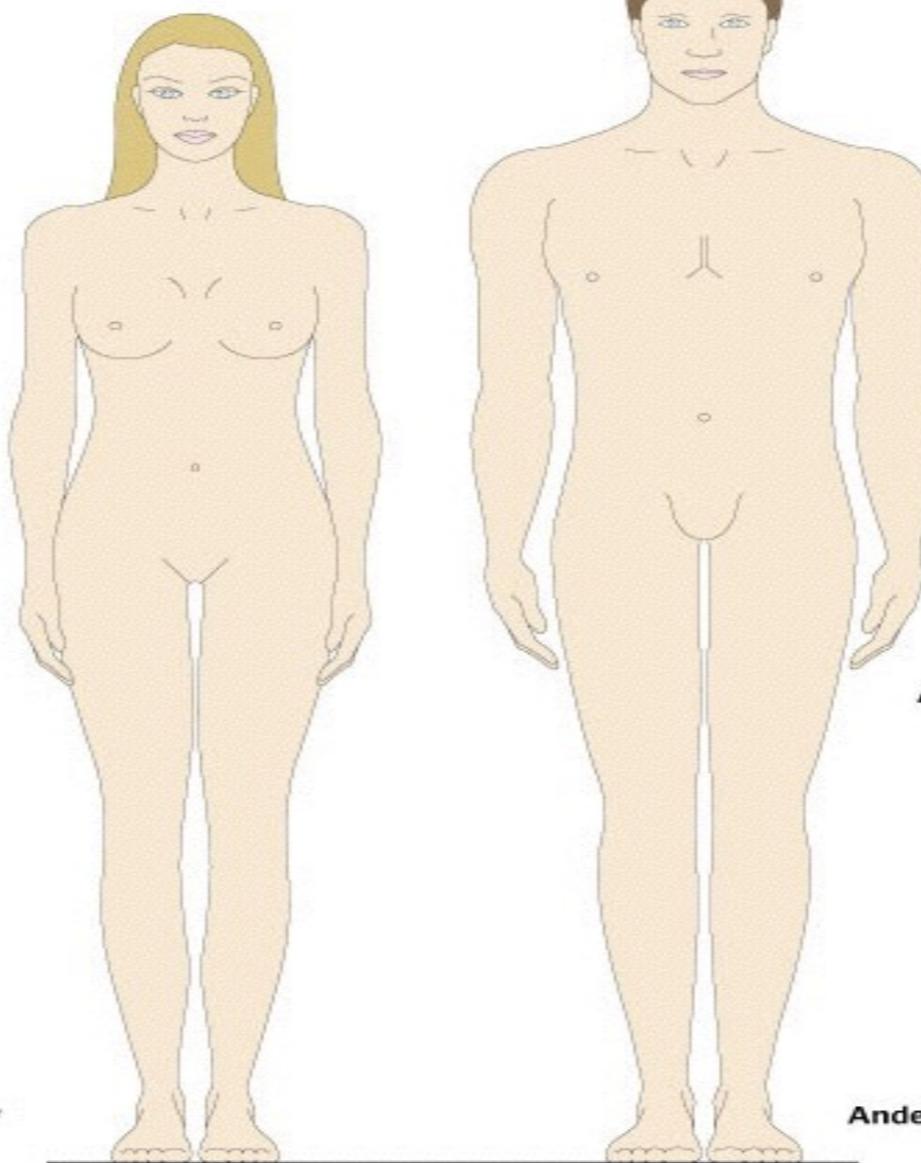


Antallet af domme eller bøder. **



59,3 pct.

af voksne med ADHD er mænd.



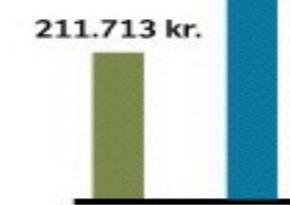
49,1 pct.

af voksne med ADHD har først modtaget diagnosen efter det 31. fødselsår.

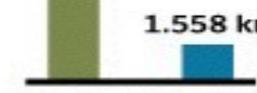


Årsindtægt i forhold til resten af befolkningen

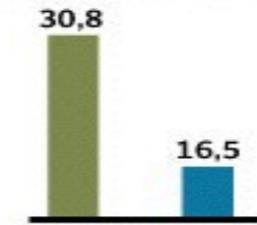
321.393 kr.



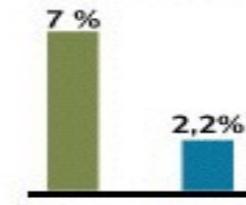
Medicinudgifter
9.726 kr.



Antal af ydelser i primærsektor



Andel, der har været i en trafikulykke. ***



* Psykiatriske diagnoser per person. ** Andel af personer, der er blevet dømt mindst en gang. *** Antal, der har været involveret i mindst en trafikulykke.

Kilde: Costing Adult Attention Deficit Hyperactivity Disorder, Oxford University Press 2015. Tallene gælder for personer på 65 år og under. Kildematerialet angiver priser i euro. De er omregnet til danske kroner ved kurs 7,46.

Komorbiditet

*Angist
Tunglyndi
Svøvn
Atferð
v.m.*

ØÐRVÍSI AVBJÓÐINGAR



SKRÁSET TEG
SUM LIM



“Børn gera tað so
gott, sum tey
kunnu.

Annars mugu vít
vaksnu hjálpa
teimum víð at
kunna.

Amerikanski barnasálarfrøðingurin
Ross Green

“Børn og ung við
ADHD vita væl hvat
tey skulu. Tey hava
bara so trupult
við at gera tað tey vita.”

Foreldur føla seg skeiv, fordømd, hjálparsleys og misskylt!

- Vanligt uppdragilsí riggar ikki!

“Hví gert tú ikki bara so”

“Curling - mamma”

“Oyðilegur barnið, við at forkjela”

STRESS - KONFLIKTIR - SORG

- Hevði eg bara vitað tað, eg veit nú!!

ADHD ein gáva?



Nógv gjørdu vart við avbjóðingar

3ár - Vøggustova ger vart við avbjóðingar til TK

4ár - Foreldur kontakta Gigni

5ár - Dagstovnur skrivar til Sernám

6ár - Dagstovnur skrivar til Sernám

7ár - Skúli: torfört at koma í gongd, fer út, órógv!

8ár - Rímur meir, svarar aftur, ólótir - verri kontakt



Hjálp at fáa:

- Ófaglærdar stuðlar í barnagarði.
- Taluráðgeving frá Sernám
- Ráðgeving í at gera SI venjingar og busta.
- Ónøktandi stuðulstímar í skúla vegna manglandi fakligheit!
- Lærarin í døpurhuga “hvat skal eg gera?”



Diagnostisering

9ár - Luttøka í Kohorta 5 granskning um “umhvørvi og fruktbaði” hjá Ulrike Steuerwald

- Vísur vanliga til høgan intelligens
- Men klár tekin um ADHD

Diagnostisering

**Tað tók 40 min. hjá einum
sálarfroðingi??**

**Tilvild ræður = ófulfíggjað skipan
Her er okkurt galið í samfelagnum**



Niðurstøða

- vit liva í einum samfelagið,
ið ikki viðurkennur ADHD

-Ov nógvir fordómar, ov lítil upplýsing

Í dag so umsorganarsvíkir samfelagið
børnini við einki at gera!



Hjálp at fáa:

- **ADHD amboðskassa, felags fatanarrammu og forkláring**
- Heilivág
- Serflokk
- Foreldraráðgeving
- Heimaráðgeving frá Almannaverkinum
- Viðtalur á B.psyk
- Limaskap í ADHD felagnum (felagsskap og tilhoyr)
- Sjálvhjálparbólk
- Ókeypis sálarfrøðing
- Mentor
- Fyrimyndir og viðurkenning



Foreldur stúra

-DRÍVMEGI

Fylgjurnar av óviðgjördum ADHD eru:

Niðursett lívsgóðska

15 ára styttri livialdur í meðal

Fylgisjúkur: angst og tunglyndi v.m.

Sjálvmedisinering, misnýtslu

Sjálvmorð

Lága útbúgvin - óarbeiðsføri

Kriminalitet, vanlukkur

Fátakardomi tíðliga foreldur

ADHD er eingin umskyldningur

ADHD merkir

- tú mást arbeiða okkurt harðari**
- tú mást gera okkurt øðrvísi**
- tú hevur tað lættari við onkrum**

Stilassering



3 bestu amboðini

- Tummilfingraregul: 30% seinri menning
- Rósa tann atburð tú vilt hava
- At kenna tær eksekutivu funktíónirnar og kunna eyðmerkja styrkir og veikleikar
-Skapar forstáilsí og rúmd

Felagsskapur!

Tímatalva 5. flokkur – Nikael

Klokkan	Mánadagur	Týsdagur	Mikudagur	Hósdagur	Fríggjadagur
08.00 - 08.45	Kristni	Dansk	Føroyskt	Søga/samtíð	Støddfrøði
08.45 - 09.30	Kristni	Dansk	Føroyskt	Enskt	Støddfrøði
09.30 – 09.50 Fríkorter					
09.50 - 10.35	Dansk	Føroyskt	Støddfrøði	Føroyskt	Náttúru/tøkni
10.35 - 11.20	Dansk	Føroyskt	Støddfrøði	Føroyskt	Náttúru/tøkni
11.30 - 11.50 Fríkorter					
11.50 - 12.35	Støddfrøði	Ítróttur	Handaverk/list	Handaverk/list	Enskt
12.35 - 13.20		Ítróttur	Handaverk/list	Handaverk/list	Enskt

Stúranir

50% av rúsevnismisnýtarum hava ADHD

Tilvitað um at fyrabyrging er:

- Vinir
- Felagsskapur
- Ítróttur
- Álit
- Opinleiki
- Verða fyrimynd

ADHD diagnosan ein gáva!



Hvat skal familjan gera.

Sannkenna

Viðurkenna

Søkja sær hjálp

Samstarv skúli/stovnur

Kommunulækna

Sernám

Á netinum

Fáa útgreining

Almannaverkið

“Øll eru flogvit.

*-Men dømir tú ein fisk eftir, um
hann dugir at klintra, fer hann alt
lívið at kenna seg býttan.”*

- Albert Einstein

ØÐRVÍSI SAMAN



SKRÁSET TEG
SUM LIM

