

# Vad är NPF?

En skrift om neuropsykiatriska funktionsnedsättningar, som ADHD, ASD, Tourettes syndrom och tal- och språkstörning



RIKSFÖRBUNDET  
**Attention**

# Innehåll

• • • • • • • • • • • • • • • •

Idéerna om NPF.....	3
Så vad är NPF?.....	4
Vad är ADHD.....	6
Vad är ASD?.....	8
Vad är Tourettes syndrom?.....	10
Vad är tal- och språkstörning?.....	11
Relaterade tillstånd.....	12
Vad är dyslexi?.....	13
Vad är dyskalkyli?.....	14
Vad är DCD?.....	15
Vanliga frågor om NPF.....	17

## Om Riksförbundet Attention

• • • • • • • • • • • • • • • •

Riksförbundet Attention är en intresseorganisation för personer med neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF). Vi arbetar för att de barn, ungdomar och vuxna som finns bakom diagnoserna ska bli bemötta med respekt och få det stöd de behöver i skolan, på arbetsmarknaden och på fritiden.

*Läs mer på [www.attention.se](http://www.attention.se)*

# Idéerna om NPF

.....

*"ADHD är en superkraft som gör en kreativ"*

*"Personer med Tourettes syndrom skriker könsord och pekar finger"*

*"Autister är smarta och har specialintressen som de ägnar all tid åt"*

## ***Känner du igen något eller några av påståendena ovan?***

Det finns många olika idéer och åsikter om vad neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF) innebär och hur man "ska" vara om man har NPF. Det bidrar lätt till stereotyper och myter som inte alltid stämmer för personer som lever med NPF.

I den här skriften vill vi förklara vad NPF egentligen är och visa på några av de kriterier som behöver uppfyllas för att olika diagnoser ska kunna ställas. Utöver de gemensamma kriterierna så har personer med NPF inte mer gemensamt än personer utan. Vissa behöver

inte extra stödinsatser eller behandling och klarar av att kompensera sina funktionsnedsättningar med egna strategier och förståelse från omgivningen. För andra är problematiken större och samhället måste ge mer stöd med många anpassningar i skolan, på fritiden och på arbetsplatsen.

För att kunna göra de anpassningarna så krävs gedigen kunskap om vad NPF är. Kunskap som gör det möjligt att lyfta styrkorna hos varje individ istället för att låta svårigheterna lägga onödiga hinder.



# Så vad är NPF?

.....

- ➔ **Neuropsykiatriska funktionsnedsättningar (NPF) är ett samlingsnamn för flera olika diagnoser.**
- ➔ **ADHD och ASD (*Autism Spectrum Disorder*) är ett par av de mest välkända.**
- ➔ **Gemensamt för dem är att de påverkar hjärnans sätt att fungera.**

Neuropsykiatriska funktionsnedsättningar påverkar den kognitiva förmågan, hur man hanterar information och hur sinnesintryck upplevs och bearbetas.

## Hur kan det märkas?

Det kan ofta vara svårt att sortera, planera, minnas, prioritera och förstå sociala koder. Det kan leda till stark stress om det ställs för höga krav på förmågor som är nedsatta. Det är därför viktigt att exempelvis skolor och arbetsplatser förstår vikten av att ordna sina verksamheter så att det inte ställs orimliga krav på de som lever med NPF.

---

**Exempel på andra neuropsykiatriska funktionsnedsättningar är:**

- Tourettes syndrom
  - Tal- och språkstörning
- 

*Du kan läsa mer om de olika diagnoserna på följande sidor!*

## Kunskap gör skillnad

Det är absolut nödvändigt att alla som berörs av NPF får kunskap om vad funktionsnedsättningarna verkligen innebär. Det är viktigt att förstå att de svårigheter som uppkommer vid NPF inte beror på brist på ansträngning och intresse, utan på att förutsättningarna inte alltid finns.

Personer med NPF är inte sina funktionsnedsättningar, utan i första hand individer med egna unika personligheter.

# Vad är ADHD?

.....

- ➔ **Kärnsymptomen vid ADHD (*Attention Deficit Hyperactivity Disorder*) är svårigheter med uppmärksamhet, impuls kontroll och överaktivitet. Symtomen kan förekomma var för sig eller i kombination med varandra.**
- ➔ **ADHD är en vanlig funktionsnedsättning, cirka fem procent av alla barn har ADHD och svårigheterna finns ofta kvar i vuxen ålder.**

## Vad är ADHD och ADD?

ADHD är ett samlingsnamn som även omfattar ADD och ADHD i kombination med DCD (Developmental Coordination Disorder).

- **ADD är ADHD** utan hyperaktivitet, med tyngdpunkt på uppmärksamhetsproblem.
- **ADHD i kombination med DCD** (Developmental Coordination Disorder) känner motoriska problem och ibland också perceptionsproblem. Tidigare kallades detta för Damp.

## Hur kan det märkas?

Det är vanligt att personer med ADHD även har andra neuropsykiatriska funktionsnedsättningar som till exempel Tourettes syndrom, ASD/Aspergers syndrom och/eller tvångssyndrom. Det är också vanligt med inlärningssvårigheter och läs- och skrivsvårigheter.

Hur ADHD yttrar sig och typen av svårigheter ser olika ut för olika personer. Svårighetsgraden och typen av problem varierar från person till person.

*"Jag måste hela tiden tänka på hur jag betar mig. Annars blir jag lätt "för mycket" och irriterar eller stör människor."*

Marcus, 18 år, med ADHD

Här kan du läsa om några av de vanligaste kärnsymtomen vid ADHD.

## UPPMÄRKSAMHETSSTÖRNING

Uppmärksamhetsstörning gör det svårt att koncentrera sig längre stunder. Det kan vara svårt att följa instruktioner och hålla fokus på sådant som man inte är intresserad av.

## IMPULSIVITET

Kan visa sig genom starka och svårkontrollerade känsloreaktioner, dålig förmåga att lyssna på andra och svårigheter att hantera ostrukturerade situationer som kräver reflektion och eftertanke. Hos en del leder impulsiviteten även till motorisk klumpighet.


## ÖVERAKTIVITET

Kan visa sig som svårigheter med att reglera aktivitetsnivån efter det man gör, så att den antingen är för låg eller för hög. Svårigheter att varva ner och sitta still kan varvas med passivitet och utmattnings. Överaktiviteten hos barn är ofta fysisk, hos vuxna visar den sig bland annat genom påtaglig rastlöshet och sömnproblem.

---

### ADHD specificeras utifrån de här kombinationerna:

1. **Kombinerad form**  
Problem med uppmärksamhet, överaktivitet och impulsivitet.
  2. **Huvudsak ouppmärksam form**  
Problem med uppmärksamhet och koncentration. Den här formen kallas ADD.
  3. **Huvudsakligen hyperaktiv och impulsiv form**
- 



*"Det var skönt få en förklaring till varför jag hade svårt att passa in i olika sammanhang och insikten att jag måste kämpa extra mycket för att klara av till exempel ett arbete."*

Malin, 24 år, med ADD

Idag graderas funktionsnedsättningarna enligt följande svårighetsgrader: ***lindrig, medelsvår och svår.***

## Leva med ADHD

ADHD innebär ofta att man har flera olika utmaningar i vardagen. En vanlig svårighet är att man lätt kan bli störd och stressad i stökiga miljöer med mycket ljud och andra intryck som distraherar. Det är också svårt att påbörja och avsluta uppgifter när motivationen är låg och planeringen oklar.

Många med ADHD är beroende av struktur och tydlighet för att få tillvaron att flyta samtidigt som funktionsnedsättningen kan göra det svårt att skapa just struktur. Därför finns ett stort behov av stöd från andra i omgivningen.

# Vad är ASD?

.....

- ➔ ASD (Autism Spectrum Disorder) är en samlingsdiagnos för hela spektrumet av Autismtillstånd.
- ➔ Att ha ASD innebär att man har svårt med socialt samspel och att förstå kroppsspråk och ansiktuttryck.

---

När en ASD-diagnos ställs så ska följande alltid specificeras:

- Om diagnosen är med eller utan samtidig intellektuell funktionsnedsättning.
  - Om diagnosen är med eller utan samtidig nedsatt språklig förmåga.
  - Om diagnosen är förenad med känt medicinskt eller genetiskt tillstånd eller känd miljöfaktor.
  - Om diagnosen är förenad med annan utvecklingsrelaterad funktionsavvikelse - såsom psykisk ohälsa eller beteendestörning.
- 

## Aspergers syndrom och atypisk autism

Diagnosnamnen Aspergers syndrom och atypisk autism försvann i och med diagnosmanualen DSM-5.

Forskare menar idag att tidigare autismdiagnoser uppfyller samma diagnoskriterier. De bör därför samlas under det gemensamma diagnosnamnet autism. Istället graderas graden av autism med hjälp av följande svårighetsgrader: *lindrig, medelsvår och svår*.

*De som redan har fått diagnoserna Aspergers syndrom och atypisk autism får dock behålla sina diagnosnamn.*

## Hur kan det märkas?

ASD innebär att man har varaktiga brister i förmågan till social kommunikation och interaktion i ett flertal olika sammanhang.

Diagnosen innebär också att man ofta har begränsade repetitiva mönster i beteende, intressen eller aktiviteter. Det kan ta sig uttryck i oflexibel fixering vid rutiner



och starkt begränsade intressen. Det är också vanligt att personer med ASD är känsliga för olika sinnesintryck - såsom ljud, ljus, lukt och beröring.

### Leva med ASD

Många med ASD är stresskänsliga, psykiskt sårbara och har förhöjd risk att drabbas av psykisk ohälsa. Det kan vara ångest, ångestattacker, tvångstankar/tvångshandlingar, depressioner eller fobier. Rätt bemötande och rätt anpassningar ger dock gott skydd mot dessa utslag av överkrav och stress.

I en gynnsam miljö kan många av de egenskaper som är vanliga hos personer med diagnosen vara en tillgång. Till exempel stor uthållighet och ovanligt god koncentrationsförmåga.

*"Det går åt mycket energi att vara tillsammans med andra människor. Jag ser till att varje dag lägga in tid till att få vara själv och ladda batterierna. "*

Micke, 29 år, med ASD

ASD kan inte botas och försvinner inte med åren, men situationen brukar se olika ut i olika åldrar. Mindre barn klarar sig vanligtvis bra med stöd av föräldrar och förskolepersonal.

I grundskolan brukar svårigheterna öka och ofta är problemen som störst under tonåren. Vuxna upplever ofta en förbättrad livskvalité när de lärt sig hur de fungerar och vad de behöver.



# Vad är Tourettes syndrom?

---

➔ **Tourettes syndrom är en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning som visar sig genom upprepane reflexliknande rörelser och läten som kallas tics.**

## Hur kan det märkas?

Tourettes syndrom kännetecknas av motoriska och vokala tics. Ticsen kommer ofta i tidig skolålder - men kan också debutera innan eller efter. De motoriska ticsen börjar ofta först i ansiktet såsom överdrivna blinkningar, ryckningar och grimaser som ofta flyttar sig till halsen, skuldrorna och överkroppen. Andra tidiga symtom brukar vara ryckningar i en arm eller ett ben.

De vokala ticsen debuterar vanligtvis senare. I början uppträder de ofta som ”normala” snusningar och harklingar, men utvecklas sedan till ljud, läten och ibland ord eller hela meningar. Det är typiskt att ett symtom avlöses av ett annat och att symtomen ökar och minskar i styrka i olika perioder. Hos de som har flera neuropsykiatriska diagnoser är det vanligt att symtom på ADHD eller tvångssyndrom märks före symtomen på Tourette.

## Om koproli och kopropraxia

Många förknippar Tourette med ofrivilliga utbrott av fula ord eller socialt opassande kommentarer, detta kallas för koproli. Det finns också en fysisk motsvarighet som heter kopropraxia, som ger sig i uttryck som obscena gester. I själva verket är det få med Tourette som utvecklar koproli eller kopropraxia.

## Leva med Tourettes syndrom

Graden av symtom och typen av problem varierar mellan olika åldrar och hos olika personer. Många har det som svårast kring skolstarten eftersom barn med Tourette kan ha svårt att sitta still samtidigt som de också kan ha läs- och skrivsvårigheter eller dålig motorik.

Med åren brukar många utveckla en förmåga att dölja sina tics när de är bland andra och låta dem bryta ut när de är ensamma. Många av symtomen vid Tourette är medicinskt behandlingsbara. Kognitiv beteendeterapi har också visat sig vara en effektiv behandling för att lära sig hantera tics och tvång.

Många med Tourette är kreativa, intelligenta och har mycket energi och klarar sig bra både privat och i arbetslivet. Det gäller dock att omgivningen är förstående och känner till problemen så att beteendet inte missförstås.

# Vad är tal- och språkstörning?

.....

➔ **Med tal- och språkstörning menas en påtaglig störning som omfattar svårigheter med att förstå och utveckla språk i jämförelse med andra jämnåriga barn.**

## Hur kan det märkas?

Tal- och språkstörning kan yttra sig på olika sätt och kan vara lindrig eller mer omfattande. Desto grövre tal- och språkstörningen är, desto fler språkliga nivåer blir drabbade och problemen kvarstår i skollåldern.

Svårigheterna kan röra ett eller flera av följande språkområden: uttal, ordförråd, meningsbyggnad, språkförståelse och språkanvändning. Det kan vara svårt att uttala och snabbt hitta rätt ord när man ska prata, har problem att uttrycka sig eller klä sina tankar i ord och göra språkliga slutledningar.

Barnen diagnostiseras vanligen i tre- till fyraårsåldern. Det är inte ovanligt med andra kombinerade svårigheter som koncentrationsproblem, klumpig grov- och finmotorik och perceptionsproblem. I de fall där utvecklingen i övrigt är normal talar man om en specifik tal- och språkstörning.

## Leva med tal- och språkstörning

Att inte hänga med i samtal, att missförstå vad andra säger och själv bli missförstådd är tufft. Ofta utvecklar en person med tal- och språkstörning olika beteenden som skydd mot att upplevas som dum eller långsam. Man kanske tystnar i klassrummet, undviker samtal i grupp eller väljer att svara kortfattat för att inte avslöja att man inte har hängt med.

Om man får förståelse för sin funktionsnedsättning blir det enklare att vara tydlig med vad man behöver och kan be omgivningen att tala långsammare och tydligare. Ofta hittar personer med tal- och språkstörning olika strategier - däribland visuella hjälpmedel och kommunikation via text - för att kompensera sina svårigheter.

*"Det som är jobbigt är att min språkstörning gör att jag har svårt att säga det jag vill. Om jag känner mig osäker är jag helst tyst."*

Majken, 9 år, med språkstörning