Add

Wat is ADD?

Add staat voor Attention Deficit Disorder. ADD en ADHD worden gezien als moderne stoornissen. De aandoening wordt gekenmerkt door een aandachtstekortstoornis en concentratieprobleem. Hierdoor kunnen patiënten last krijgen van depressies, angststoornissen en slechte school/werkprestaties.

Je kan add krijgen door een erfelijke rol. Dus de kan is groot dat als een kind add heeft dat een ouder dat ook heeft.

ADD wordt veroorzaakt door een afwijking in de werking van de neurotransmitters. Neurotransmitters zijn moleculen die in de hersenen signalen doorgeven. Als je aan ADD lijdt heb je een tekort aan de neurotransmitters dopamine en noradrenaline. Hierdoor wordt de informatie die naar de hersenen gaat minder snel geregistreerd. De activiteit in bepaalde hersengebieden veranderd hierdoor ook. De functies als beslissingen nemen, plannen, sociaal gedrag en impulsbeheersing is minder.

**Kenmerken van ADD:**

Snel afgeleid

Vergeetachtig zijn

Problemen met slapen

Een ander besef van tijd

Dromerig

Inactiviteit

Moeite met plannen

Moeite met uitleg volgen

Gebrek aan motivatie

**Behandelen van ADD:**

De meest voorkomende behandelingen zijn medicijnen, therapie of daarvan een combinatie.

Speciale behandel vormen:

* Hersengolftraining: Sommige artsen gebruiken dit. Hierbij worden nieuwe neuronen aangelegd.
* Een dieet: voeding heeft volgens sommige behandelaren een positieve invloed. Het wordt aangeraden om glutenvrij, zuivelvrij en suikervrij te gaan eten.