

# Dikkat Eksikliği/ Hiperaktivite Bozukluğu

Prof. Dr. Bedriye ÖNCÜ ÇETİNKAYA

# **Dikkat Eksikliği Hiperaktivite Bozukluğu (DEHB)**

- Çocuklarda en sık tanı konan psikiyatrik tablo
- Tedaviyle belirgin düzelme mümkün
- Tedavi edilmezse pek çok psikiyatrik ve sosyal sorun
- Nörogelişimsel bir bozukluk
- Kronik bir sendrom

# Beyin yönetim sistemlerinde bozulma

- Odaklanma
- Planlama
- Çaba gösterme, motivasyon
- Bellek
- Duygu ve davranışları düzenleme sorunları

Brown T (2005). Attention deficit disorder: The unfocused mind in children and adults.

# Sıklık

Çocuklar: %4-10

Erişkinler: %2.5- 4.9

→ DEHB erişkinde de en sık görülen psikiyatrik bozukluklardan

Visser ve ark. (2010) Simon ve ark. (2009), Franke ve ark. (2011)

# DEHB



# Dikkatsizlik Belirtileri

1. Ayrıntılara dikkat etmekte zorluk çeker, dikkatsiz hatalar yapar.
2. Üzerine aldığı görevlerde, oynadığı etkinliklerde dikkati dağılır.
3. Doğrudan kendisiyle konuşulduğunda dinlemiyormuş gibi görünür.
4. Ödevleri ya da verilen görevleri bitiremez, verilen plana/yönergeye uyamaz.
5. Görev ve etkinlikleri düzenlemekte zorlanır.
6. Konsantrasyon gerektiren işleri yapmayı istemez.
7. Üzerine aldığı görev ve etkinlikler için gerekli şeyleri kaybeder (oyuncak, ödev, kalem-kitap).
8. Günlük etkinliklerinde unutkanır.
9. Dikkati dış uyaranlarla kolayca dağılır

# Aşırı Hareketlilik Belirtileri

1. Uygunsuz durumlarda koşuşturup durur ya da tırmanır (ergen ya da erişkinlerde öznel huzursuzluk hissi olabilir)
2. Elleri ayakları kıpır kıpırdır, oturduğu yerde kıpırdanıp durur.
3. Sakin biçimde boş zaman geçirme etkinliklerine katılma ya da oyun oynamada zorlanır
4. Çok konuşur
5. Sınıfta ya da oturması beklenen durumlarda oturduğu yerden kalkar
6. Sürekli hareket halindedir ya da bir motor tarafından sürülüyormuş gibi davranır.

# Dürtüsellik Belirtileri

1. Başkalarının sözünü keser ya da yaptıklarının arasına girer (konuşma ya da oyunlara burnunu sokar).
2. Sırasını bekleme güçlüğü vardır.
3. Sorulan soru tamamlanmadan önce cevabını verir.



# Belirtiler;

- 12 yaşından önce başlamıştır
- Kişinin yaşıtlarına kıyasla daha fazladır
- Farklı ortamlarda (ev, iş gibi) gözlenir
- İş hayatı, aile ve arkadaş ilişkilerini etkiler
- Başka bir bedensel ya da psikiyatrik hastalığa bağlı değildir

DEHB'nin tipine göre klinik belirtiler ve seyir farklı olabilir

# Etiyoloji: çok etmenli

- Genetik
- Çevresel (pre, peri, postnatal etmenler)
  - Gen x çevre etkileşimi

➤ **GWAS ve Aday gen çalışmaları**

➤ Henüz anlamlı bulgu yok

➤ Katekolamin ve serotonin metabolizmasını düzenleyenler

En fazla üzerinde durulan → **dopamin**

# Çevresel etmenler

- Erken doğum
- Gebelikte sigara kullanımı
- Düşük doğum ağırlığı
  - İntrauterin rubella ve diğer enfeksiyonlar
  - Gebelikte alkol, kokain kullanımı
  - Perinatal ve neonatal hipoksi
  - Doğum travmaları
  - Ensefalit, menenjit
  - Kurşun zehirlenmesi
  - Kafa travması

# Çevresel etmenler

Önemli olduğu tutarlı biçimde gösterilmiş 2 çevresel etmen

- DDA/ erken doğum (OR 2.64)
- Gebelikte sigara (OR 2.39)

# DEHB'de görüntüleme bulguları

- Yapısal değişiklikler
  - Beyin kabuğu (korteks) olgunlaşmasında gecikme/farklılık
  - Hacim azalması
  - Beyaz cevher değişiklikleri
- İşlevsel değişiklikler
  - Perfüzyon azalması
    - Bilateral frontal bölgeler,
    - Kaudat nukleus,
    - Bazal ganglionlar.

# Ergenlik ve Erişkinlikteki DEHB Belirtileri



# Ergenlerde *dikkat eksikliği*

- Dağınıktır (odası, çantası, dolapları).
- Unutkan
  - Ödevlerini, sınavlarını unuttur.
  - Eşyalarını unuttur, kaybeder (silgi, kalem, kitap, cüzdan, eşofman, palto!).

# Ergenlerde *dikkat eksikliği*

- Çabuk sıkılır
  - ders dinlerken
  - çalışırken
  - kitap okurken
  - hoşlanmadığı her türlü faaliyeti yaparken

# Ergenlerde *dikkat eksikliği*

## ➤ Sıkılmaz

➤ İlgi duyduğu etkinlikler

➤ *Bilgisayar oyunlarından sıkılmaz.*

➤ ‘ Bıraksak 24 saat bilgisayar oynayacak bu nasıl dikkat eksikliği !’

➔ Dikkati düzenleme sorunu

# Ergenlerde *dikkat eksikliği*

- Akademik başarısı kapasitesinin altındadır.
- Bildiği halde başarısız olur.
  - Soruyu yanlış anlar, veya okur  
'Hangisi değildir?'
  - Formülü bilir ama işlem hatası yapar
  - Sonucu doğru bulduğu halde yanlış seçeneği işaretler
  - Cevapları kaydırır

# Erişkinlerde *dikkat eksikliği*

- Uzun süre konsantre olması gereken işleri yapmaktan kaçınır.
- Yapması gereken işlere başlaması zordur.
- İşin sonunu getirmekte zorlanır.
- Başka ve daha önemsiz şeylerle oyalanır, zaman öldürür.
- Yaptığı işe sık sık ara verir.
- Plan yapmakta ve işlerini düzene koymakta zorlanır, konudan konuya atlar.
- Yumurtanın kapıya dayanmasını bekler.

# Erişkinlerde *dikkat eksikliği*

- Projeleri bitiremez.
- Kompulsiyon benzeri kompanzasyon mekanizmaları : cüzdan, telefon, evden çıkarken ocak kontrolü vb.

# Aşırı Hareketlilik

# Ergenlerde ve erişkinde *aşırı hareketlilik*

- Huzursuzluk
- Kıpır kıpır olma
  - Ayak sallama
  - Kalem çevirme
- Çok konuşma (derste konuşma, konuşurken konudan konuya atlama)
- Hızlı konuşma (kelime yutma)



# Ergenlerde ve erişkinde *ařırđ* *hareketlilik*

- Uzun süre yerinde kalamama (toplantđ, sinema )
  - Hareketsiz kalması gereken durumlardan ya da işlerden kaçınma
  - Çeşitli bahaneler bularak oturduğu yerden kalkma (su içme, kahve alma vb.)
- Sürekli aktif olma ve bunu arama
  - Ařırđ aktif işler seçme
  - Birden fazla işte çalışma ya da işte uzun saatler geçirmeyi tercih etme

Dürtüsellik

# Ergenlerde *dürtüsellik*

- Çabuk tepki verme, kavga etme
- Öğretmen ve aileyle çatışma
- Devamsızlık, okulu bırakma
- Söz kesme, araya girme

# Ergenlerde *dürtüsellik*

- Tehlikeli işlere girişme
- Tehlikeli araba kullanma
- Erken yaşta sigara, alkol, madde kullanımı
- Erken yaşta cinsel deneyim, gebelik

# Erişkinlerde *dürtüsellik*

- Sabırsızlık (günlük işler, sohbet)
- Engellenme eşiğinin düşük olması, çabucak sinirlenme
- Öfke kontrolü sorunları

# Erişkinde *dürtüsellik*

- Ani kararlar verme
- Sorumlulukları aksatma
- Para hesabını bilememe, gereksiz/dürtüsel harcamalar yapma
- Partner, evlilik sorunları
- Sık iş değiştirme

Diğer özellikler

- Sonuçlarını düşünmeden konuşmak
  - Son söylenecek şeyi ilk söyleme
- Kitap okurken konsantre olamama
  - Pasif okuma
- Zamanı ayarlayamamak



- Tekrarlayıcı depresyonlar (genellikle ergenlik döneminde başlar)
- Karar verme sorunları (ani kararlar verme ya da karar verememe)

## ➤ Maymun iştahlılık

- Yeni, heyecan verici projelere başlayıp, devam etmekte olan projeleri boşlamak
- Devam etmekte olan bir projeyi tamamlamaktansa yeni başlayan bir proje ile motive olmak daha kolaydır
- Sonuç: yarım kalmış pek çok proje

- Kolayca hayal kırıklığına uğrama
- Hayal kırıklıklarına tahammül edememe
- Alkol/madde kullanımı ya da bağımlılığı
- Uyku sorunları (gece kuşu)
- Başarısızlık hissi, potansiyeline ulaşamadığını hissetme

DEHB' de tanı

**Tanı için özgül bir test ya da ölçek yok.**

**Tek tanı aracı ayrıntılı anamnez  
ve klinik görüşme.**

# DEHB Tedavisi

# Tedavi

Etkili bir tedavi için çok boyutlu yaklaşım gerekiyor

- İlaç tedavisi
- Eğitim
- Psikoterapi

# İlaç tedavisi

- Uyarıcılar (psikostimulanlar).
- Uyarıcı olmayan ilaçlar



# Uyarıcılar

- Metilfenidat (Ritalin, Concerta, Medikinet, Biphentine )
- Deksmetilfenidat (Focalin)
- Dekstroamfetamin (Dexedrine)
- Karışık amfetamin tuzları (Adderal)
- Amfetamin prodrugları (lisdexamfetamin dimesilat- Vyvanse)

# Uyarıcı olmayanlar

- Atomoksetin
- Antidepresanlar
- Diğerleri

# Diğer tedaviler

İmipramin

Klonidin

Karbamazepin

Venlafaksin

Reboksetin

Buspiron

Bupropion

# Eğitim

- DEHB'li yetişkin: yıllardır yaşadığı sorunlar nedeniyle kendilerini yetersiz ve başarısız hisseder.
- Bu durumun değişmeyeceğine inanır.

# Eğitim

- Yıllardır yaşamı zorlaştıran ve artık kişiliğin bir parçası olarak kabul edilen özelliklerin değişebileceğini öğrenmek kişideki suçluluk ve yetersizlik duygularını azaltır.

# DEHB'nun olumlu yönleri

DEHB olan kişiler;

- enerjik
- yeni çözümler bulan, yeni fikirler üreten
- öfkesi uzun sürmeyen
- konuşkan
- yaratıcı
- eğlenceli
- coşkulu ve heveslidirler.