

Checkliste für den Arztbesuch

Vorbereitung auf den (ersten) Arzttermin bei ADHS-Verdacht

Vor dem Arztbesuch: So kannst du dich vorbereiten

- Notiere **auffällige Verhaltensweisen** deines Kindes mit konkreten Beispielen (z. B. Unruhe, Konzentrationsprobleme, Impulsivität). Wenn es dir hilft, kannst du hierfür ein **Symptomtagebuch** verwenden, in das du einträgst, wann und in welchen Situationen Schwierigkeiten auftreten und welche Situationen im Alltag besonders herausfordernd sind.
- Tausch dich mit **Lehrkräften, Erzieherinnen und Erziehern** oder anderen Bezugspersonen aus, um deren Beobachtungen einzubeziehen.
- Prüfe, ob es in der **Familie Fälle von ADHS** oder anderen psychischen Erkrankungen gibt.

Das könntest du mitbringen:

- **U-Heft und Krankenversicherungskarte** des Kindes
- **Symptomtagebuch** und Berichte von Lehrkräften, Erzieherinnen und Erziehern oder Therapeutinnen und Therapeuten, falls vorhanden
- Liste aller bisherigen **Therapien oder Medikamente**
- Notizen mit **Fragen**, die du der Ärztin oder dem Arzt stellen möchtest

Das Erstgespräch: Diese Fragen könnten dich erwarten

- Welche **Probleme** hat dein Kind im Alltag?
- Wann sind die **Symptome erstmals aufgetreten** und haben sie sich verändert?
- In welchen **Situationen und Umfeldern** treten die Probleme auf (z. B. Schule, zu Hause, Freizeit)?
- Beeinflussen die Symptome die **schulische Leistung oder das Sozialverhalten**?
- Wie sind das **Familienleben und der Tagesablauf** organisiert?
- Gibt es **bekannte ADHS-Fälle** oder psychische Erkrankungen in der Familie?
- Gibt es andere **mögliche Ursachen** für das Verhalten (z. B. Stress, Schlafprobleme)?
- Wurden bereits **Strategien oder Maßnahmen** ausprobiert (z. B. Strukturhilfen, Therapien) und welche Wirkung hatten sie?

Infos zur ADHS-Diagnostik:

- Eine Diagnose wird anhand von **standardisierten Kriterien** (z. B. DSM-5 oder ICD-10) und nach einer ausführlichen Diagnostik gestellt.
- Es erfolgt eine **ausführliche Anamnese durch Arzt oder Ärztin und ggf. Psychologinnen und Psychologen**.
- Eltern, Lehrkräfte und andere Bezugspersonen werden durch **Fragebögen oder Gespräche** einbezogen.
- Eine ausführliche Diagnostik enthält in der Regel eine **Intelligenztestung, eine Verhaltensbeobachtung, ein Anamnesegespräch und ggf. Aufmerksamkeits-tests**.
- Es gibt **keinen einfachen Blut- oder Labortest** zur Diagnose von ADHS.