

Psycholoog Laura Batstra over de misverstanden van ADHD:

# ‘ADHD is geen hersenziekte maar een gedragsprobleem’



Laura Batstra is psycholoog en onderzoeker bij de Rijksuniversiteit Groningen. Haar thema is de medicalisering van kindgedrag en manieren om dat tegen te gaan. In haar nieuwste boek: *ADHD, macht en misverstanden* gaat zij in tegen het beeld van ADHD als hersenziekte. Batstra: “Als we ADHD neerzetten als een hersenziekte, dan bestaat het gevaar dat we werkelijk oorzakelijke factoren over het hoofd zien.”

Tekst: Brigitte Stark

**In de hersenwetenschap maar ook in de media is momenteel een strijd gaande tussen twee opvattingen over ADHD. Een biologische positie: ADHD is een stoornis aangetoond door hersenonderzoek waaruit blijkt dat ADHD'ers kleinere hersenen hebben, versus een sociaal-maatschappelijke positie. Jij bent aanhanger van de laatste opvatting dat ADHD een gedragsprobleem is en geen ziekte. Kun jij uitleggen waarom?**

“Het belangrijkste argument om ADHD geen hersenziekte te noemen, is dat we na bijna veertig jaar hersenonderzoek met steeds betere, duurdere en geavanceerdere apparatuur moeten concluderen dat er geen aantoonbare hersenverschillen zijn tussen mensen mét en zonder ADHD-gedrag. De meest recente grote onderzoeken vinden op groepsniveau minimale verschillen. Dit betekent concreet dat als je een hersenscan te zien krijgt en moet inschatten of iemand ADHD-gedrag vertoont, de kans dat je inschatting correct is 1 à 2 procent boven de gokkans ligt. Er valt dus niets te zien in de hersenen van iemand met ADHD. Dat dit wel zo zou zijn, blijft hardnekkig in stand gehouden omdat wetenschappers geneigd zijn om nietszeggende minimale verschillen op groepsniveau te presenteren als hersenafwijkingen die ADHD-gedrag in individuen veroorzaken. De reden voor dergelijke verdraaiingen is dat wetenschappers afgerekend worden op hun aantal publicaties in hoogwaardige tijdschriften. En deze tijdschriften publiceren liever onderzoeken die iets gevonden hebben dan studies waar niets is uitgekomen.”

**Waarom is het belangrijk om ADHD niet te zien als een hersenziekte?**

“Als we ADHD neerzetten als een hersenziekte, dan bestaat het gevaar dat we werkelijk oorzakelijke factoren over het hoofd gaan zien. We denken immers dat we de oorzaak - het hersendefect - en oplossing - medicatie die dat defect corrigeert - kennen. Terwijl factoren die ADHD-gedrag veroorzaken of die maken dat ADHD-gedrag een probleem is, uiteenlopen. Denk daarbij aan over- of ondervraging van kinderen op school, hechtingsproblemen, verwaarlozing en misbruik en maatschappelijke factoren als armoede, weinig buitenspeelmogelijkheden en overbelasting van leerkrachten. Daarom moet deze factoren bij elke nieuwe casus onderzocht en bekeken worden.”

**Welke situatie hebben we nu in Nederland als het gaat om het diagnosticeren van ADHD en medicijngebruik?**

“De psychiatrie heeft zich lange tijd verzet tegen critici die zorgen uitten over het toenemende aantal kinderen met de diagnose ADHD en medicijngebruik. Dat veranderde toen de Gezondheidsraad in 2014 het rapport *ADHD: medicatie en maatschappij* uitbracht. Daarin uit de raad haar zorgen over de onverantwoord snelle stijging van het aantal kinderen dat ADHD-medicatie gebruikt en benoemt prestatiedruk en afgenomen tolerantie als mogelijke oorzaken. Na deze publicatie hield de psychiatrie op de toename te verdedigen en bracht

de Nederlandse vereniging voor Psychiatrie zelfs een persbericht uit met als titel: *Kinderpsychiaters bezorgd over toename gebruik ADHD medicatie.*

Sinds dit rapport zien we voor het eerst in jaren een afname van het aantal kinderen dat ADHD-medicijnen krijgt voorgeschreven en komen er steeds meer kritische geluiden over ADHD-diagnoses en behandelingen bij kinderen. Doordat er steeds meer aandacht is voor de wankelende basis voor een kindgebonden ADHD-diagnose – een subjectief oordeel aan de hand van een rekbare definitie over veranderlijk kindgedrag – groeit het aantal ouders dat spijt heeft van het label ‘psychiatrisch ziek’ voor hun kind. Een tijd geleden schoten ADHD-poli’s uit de grond waar diagnoses binnen enkele uren gesteld konden worden. Wellicht zullen er nu ‘ontdiagnosticeerpoli’s’ gaan ontstaan voor mensen die willen weten of zijzelf of hun kind nog steeds aan de criteria voor ADHD voldoen of van het label af kunnen.”

*‘Medicatie corrigeert geen hersendefect, maar is een middel om tijdelijk enige rust te bieden’*

**Kun je een aantal misverstanden rond ADHD noemen?**

“Dat ADHD aantoonbaar is in de hersenen is er dus één. Dat ADHD voor 80 procent erfelijk is, een ander. Dit hoge percentage komt uit tweelingstudies die echter veel beperkingen hebben. De meer nauwkeurige moleculaire genstudies komen tot veel lagere percentages. Hooguit 10 procent, maar die studies worden vaak niet genoemd. Mijn promovendus Sanne te Meerman heeft laten zien dat zelfs academische studieboeken een sterk vertekend beeld geven van de erfelijkheid van ADHD door de tweelingstudies wél te noemen en de moleculaire studies niet. Nog een misverstand is dat vroege detectie en behandeling van ADHD-gedrag kunnen voorkomen dat deze kinderen later in de problemen komen. Het klopt dat ADHD een verhoogd risico op bijkomende problemen met zich meebrengt; het is echter nooit aangetoond dat medicatie of welke behandeling dan ook, dit kan voorkomen. We kunnen hooguit op de korte termijn wat verlichting bieden, daar moeten we eerlijk over zijn. Die verlichting is echter heel nuttig want we weten inmiddels ook dat tijd wonderen doet. Dan kom ik meteen op het misverstand dat ADHD chronisch zou zijn. Verreweg de meeste kinderen, ongeveer 70 procent, voldoen als jong volwassene niet meer aan de criteria voor ADHD.”

### Vind je een MRI-scan van hersenen nodig om een diagnose van ADHD te stellen?

“Nee. ADHD is niet te zien in de hersenen. Maar stel dat dit wel zo zou zijn en zij een bepaald hersenkwabje extra hebben. Dan bewijst dit niet dat ADHD een stoornis of een ziekte is. Als we na gedegen onderzoek opeens een homokwabje vinden, dan bewijst dat toch ook niet dat homoseksualiteit een stoornis is? Mijn mening is dat we ADHD-gedrag een stoornis noemen omdat het moeilijk matcht met de eisen van onze maatschappij. Een psychiatrische diagnose stel je mijns inziens als iemand fors in de knoop zit en specialistische hulp nodig heeft en niet op basis van een hersenscan. Maar als er opeens een explosief aantal kinderen psychiatrisch behandeld wordt voor concentratieproblemen en onrustig gedrag, dan moeten we ons toch eens achter de oren krabben en verder gaan kijken. Zijn al die kinderen inderdaad gestoord of zijn de eisen die we aan ze stellen en onze intolerantie voor druk gedrag of onderprestatie op school, het probleem?”

*‘Ongeveer 70 procent voldoet als jong volwassene niet meer aan de criteria voor ADHD’*

### Hoe kunnen wetenschappers als jij scholen, ouders, jeugdzorg, rt'ers ondersteunen bij het omgaan met druk en dwars gedrag? Met het doel dat minder kinderen ritalin of concerta gaan slikken?

“Aan mij als wetenschapper hebben jullie niet zoveel. De neurobiologische visie op ADHD die de afgelopen decennia dominant was, is voor veel partijen best comfortabel. ADHD is een hersendefect en daar is gelukkig een pil voor die dit corrigeert. Ik haal die visie onderuit. Ik geef toe dat ik er weinig voor in de plaats bied. Behalve dat we eens goed moeten gaan kijken naar onszelf en de samenleving die we met elkaar creëren. Dat is niet een boodschap waar iedereen op zit te wachten.”

### Heb je handvatten voor ouders en ook rt'ers hoe zij het beste om kunnen gaan met kinderen die ADHD-gedrag vertonen, ofwel dwars en druk zijn?

“In het laatste hoofdstuk van mijn boek geef ik enkele concrete opvoedadviezen die voornamelijk gestoeld zijn op voorspelbaarheid en aandacht. Ik denk daarnaast dat volwassenen die zorgen voor drukke, dwarse en dromerige kinderen, goed voor zichzelf moeten zorgen. Hoe uitgeruster je bent, hoe groter je incasseringsvermogen. Ik denk ook dat we met elkaar af moeten van een andere mythe. Namelijk het idee dat opvoeden alleen maar leuk is. Het zou veel helpen als we met elkaar erkennen dat opvoeden vaak een worsteling is en elkaar waar mogelijk ondersteunen.”

### Welke rol speelt opvoeding volgens jou?

“In de huidige maatschappij is het heel moeilijk om een pittig kind op te voeden. In veel gevallen krijgen ouders ongevraagde adviezen of zelfs kritiek van andere ouders. Je wordt er keihard op afgerekend en op aangekeken als je kind niet in de pas loopt. Ouders van een makkelijk kind hebben makkelijk praten. Je geduld bewaren als je je kind drie keer per dag moet corrigeren is nu eenmaal een stuk eenvoudiger dan wanneer je dertig keer per dag een kind moet corrigeren. Daarnaast leggen kinderen die moeilijk zijn of het moeilijk hebben, genadeloos je eigen zwakke plekken bloot. Uit onderzoek blijkt dat oudercursussen op de korte termijn even effectief en op de lange termijn even ineffectief zijn als medicatie. Als een behandeling alleen op korte termijn helpt, betekent dit overigens niet dat deze waardeloos is. Zeker niet bij opgroeiende kinderen wier gedrag voortdurend aan verandering onderhevig is. Het gezin moet de moeilijkste jaren gewoon doorkomen en soms helpt steun aan ouders daar goed bij.”

### Wanneer is het verstandig medicijnen te gebruiken bij ADHD?

“Ik ben voorstander om er voorzichtig mee om te gaan en eerst andere dingen te proberen. Soms zijn de gemoederen echter zo hoog opgelopen en zijn ouders en/of leerkracht zo moe van langdurige opvoedstress, dat het zinvol kan zijn om het kind voor korte tijd medicatie voor te schrijven. Om even rust in de tent te creëren. Dit geeft iedereen even de tijd en gelegenheid om op adem te komen. Daarna is er vaak meer ruimte voor gedragsmatige hulp. Het is dan wel zaak om de betrokkenen duidelijk en eerlijk voor te lichten: medicatie corrigeert geen hersendefect, maar is een middel om tijdelijk enige rust te bieden. Niets meer en niets minder.”

#### LEZERSACTIE

Tijdschrift voor Remedial Teaching mag twee exemplaren van *ADHD, macht en misverstanden* - uitgeverij Lucht - van Laura Batstra weggeven. Interesse? Mail dan je naam en adres door naar: [tijdschrifttrt@gmail.com](mailto:tijdschrifttrt@gmail.com).

