

SPIS TREŚCI

Zastrzeżenie • 11

Wstęp • 13

Część I. Mity dotyczące ADHD • 15

1. ADHD TO NOWE ZABURZENIE • 15
2. ADHD JEST CORAZ WIĘCEJ.
DAWNIEJ NIE BYŁO TAKIEGO PROBLEMU • 17
3. DAWNIEJ NIE BYŁO ADHD, WYSTARCZYŁO „KRÓTKIE”
WYCHOWANIE • 19
4. ADHD NIE ISTNIEJE. TO TYLKO WYMÓWKA DLA ZŁEGO
ZACHOWANIA • 23
5. TWÓRCA ADHD ODWOŁAŁ SWOJE ODKRYCIE NA ŁOŻU ŚMIERCI • 25
6. ADHD JEST WYNIKIEM TRAUMY • 27
7. ADHD JEST WYWOŁYWANE PRZEZ CUKIER • 29
8. ADHD ZOSTAŁO WYKREOWANE PRZEZ KONCERNY
FARMACEUTYCZNE • 31
9. ADHD JEST EFEKTEM (NAD)UŻYWANIA NOWYCH TECHNOLOGII/
GIER KOMPUTEROWYCH • 33
10. ADHD JEST WYWOŁANE PRZEZ BRAK AKTYWNOŚCI FIZYCZNEJ • 35
11. ADHD JEST WYWOŁANE PRZEZ ZATRUCIE METALAMI CIĘŻKIMI • 37
12. ADHD WYSTĘPUJE TYLKO/PRZED WSZYSTKIM U CHŁOPCÓW • 39
13. ADHD TO NORMALNY ETAP DOJRZEWANIA/Z TEGO SIĘ
WYRASTA • 43
14. ADHD TO CHOROBA PSYCHICZNA, KTÓRĄ NALEŻY LECZYĆ • 45
15. ADHD I ADD TO DWA RÓŻNE ZABURZENIA • 47
16. ADHD TO RZADKIE ZABURZENIE • 49
17. ADHD TO ZABURZENIE RZADSZE OD SPEKTRUM AUTYZMU • 51
18. KAŻDY MA ADHD/KAŻDEMU SIĘ CZASEM NIE CHCE • 53

Część II. Mity dotyczące osób z ADHD • 57

19. OSOBY/DZIECI Z ADHD NIE MOGĄ SIĘ NA NICZYM SKUPIĆ • 57
20. JEŚLI KTOŚ JEST W STANIE OGLĄDAĆ FILMY LUB CZYTAĆ KSIĄŻKI, TO NIE MOŻE MIEĆ ADHD • 59
21. DZIECI Z ADHD SĄ/MUSZĄ BYĆ „ROZBIEGANE” • 61
22. JEŚLI DZIECKO NIE JEST NADAKTYWNE, TO NIE MOŻE MIEĆ ADHD • 63
23. Z ADHD SIĘ WYRASTA/W NASTOLETNIOŚCI ADHD USTĘPUJE • 65
24. W PODESZŁYM WIEKU NIE MOŻNA MIEĆ ADHD • 67
25. OSOBY Z ADHD SĄ BAŁAGANIARZAMI • 69
26. OSOBY Z ADHD SĄ ZAWSZE IMPULSYWNE • 71
27. OSOBY Z ADHD SĄ NIEODPOWIEDZIALNE • 73
28. OSOBY Z ADHD NIE MOGĄ OSIĄGNĄĆ SUKCESU W ŻYCIU • 75
29. OSOBY Z ADHD MAJĄ NIŻSZĄ INTELIGENCJĘ • 79
30. OSOBY Z ADHD SĄ GADATLIWE I GŁOŚNE • 81
31. OSOBY Z ADHD NIE SĄ W STANIE SIĘ SKUTECZNIE UCZYĆ • 83
32. OSOBY Z ADHD NIE ZNOSZĄ STRESU • 87
33. OSOBY Z ADHD NIE SĄ W STANIE DOKAŃCZAĆ PRACY • 89
34. OSOBY Z ADHD NIE SĄ W STANIE UTRZYMYWAĆ DŁUGOTRWAŁYCH RELACJI • 91
35. OSOBY Z ADHD SĄ CHUDE/SZCZUPŁE • 93

Część III. Mity dotyczące objawów ADHD • 97

36. OBJAWY ADHD NIE OBEJMUJĄ SFERY EMOCJONALNEJ • 97
37. OBJAWY ADHD WYRAŻAJĄ SIĘ U WSZYSTKICH TAK SAMO. WSZYSTKIE OSOBY Z ADHD MAJĄ TAKIE SAME OBJAWY • 101
38. OBJAWY ADHD U KOBIET I MĘŻCZYZN SĄ TAKIE SAME • 103
39. OBJAWY ADHD W DZIECIŃSTWIE I DOROSŁOŚCI SĄ TAKIE SAME • 105
40. OBJAWY ADHD NIE ZMIENIAJĄ SIĘ W KRÓTKIM CZASIE/NA PRZESTRZENI DNI, TYGODNI, MIESIĘCY • 109
41. HIPERAKTYWNOŚĆ OBJAWIA SIĘ BIEGANIEM I WCHODZENIEM NA DRZEWA • 111
42. ZABURZENIE INTEGRACJI SENSORYCZNEJ PRZEMAWIA ZA SPEKTRUM AUTYZMU • 113
43. HIPERFOKUS JEST ADEHADOWĄ SUPERMOCĄ • 115

Część IV. Mity dotyczące rozpoznawania ADHD • 119

44. ADHD JEST NADROZPOZNAWANE • 119
45. DO ROZPOZNANIA ADHD MOŻNA/NALEŻY STOSOWAĆ BADANIA OBRAZOWE MÓZGU (TOMOGRAFIA, REZONANS) • 123

- 46. DO ROZPOZNANIA ADHD MOŻE SŁUŻYĆ BADANIE EEG • 127
- 47. DO ROZPOZNANIA ADHD SŁUŻĄ TESTY KOMPUTEROWE • 129
- 48. DO ROZPOZNANIA ADHD WYSTARCZY WYKONANIE TESTU PSYCHOLOGICZNEGO • 131
- 49. ADHD MOŻNA ZDIAGNOZOWAĆ WYŁĄCZNIE W DZIECIŃSTWIE • 133
- 50. PROCEDURA ROZPOZNANIA JEST ZAWSZE TAKA SAMA • 135
- 51. NEGATYWNY WYNIK TESTÓW OZNACZA BRAK MOŻLIWOŚCI POSTAWIENIA DIAGNOZY ADHD • 139
- 52. ADHD NIE MOŻNA ZDIAGNOZOWAĆ PRZED 6. ROKIEM ŻYCIA • 141

Część V. Mity dotyczące leków na ADHD • 145

- 53. LEKI NA ADHD SĄ NIEBEZPIECZNE • 145
- 54. LEKI TRZEBA PRZYJMOWAĆ CAŁE ŻYCIE • 149
- 55. STYMULANTY TO NOWE/SŁABO POZNANE LEKI • 151
- 56. LECZENIE ADHD OZNACZA KONIECZNOŚĆ PRZYJMOWANIA LEKÓW • 153
- 57. LECZENIEM ADHD POWINNI SIĘ ZAJMOWAĆ PSYCHIATRY • 157
- 58. TYLKO OSOBY Z BARDZO SILNYM ADHD WYMAGAJĄ LECZENIA • 159
- 59. LEKI NA ADHD STYMULUJĄ MÓZG • 161
- 60. LEKI NA ADHD TO NARKOTYKI. MOŻNA SIĘ OD NICH UZALEŻNIĆ • 163
- 61. DZIECI PRZYJMUJĄCE STYMULANTY NA ADHD MAJĄ WIĘKSZE RYZYKO UZALEŻNIEŃ • 165
- 62. LEKI NA ADHD ZMIENIAJĄ OSOBOWOŚĆ CZŁOWIEKA • 167
- 63. STYMULANTY WYWOŁUJĄ ZABURZENIA SNU • 169
- 64. LEKI NA ADHD UŁATWIAJĄ NAUKĘ KAŻDEMU • 171
- 65. PRZYJMOWANIE LEKÓW NA ADHD TO OSZUKIWANIE/UŁATWIANIE SOBIE ŻYCIA • 173
- 66. LEKI NA ADHD DAWKUJE SIĘ W ZALEŻNOŚCI OD MASY CIAŁA • 175
- 67. LEKI NA ADHD POMAGAJĄ TYLKO W SZKOLE. LEKI PODAJE SIĘ PO TO, ŻEBY DZIECKO NIE MIAŁO PROBLEMÓW W SZKOLE • 177
- 68. ZAREJESTROWANE DAWKI SĄ WYSTARCZAJĄCE DO LECZENIA WIĘKSZOŚCI PACJENTÓW • 179
- 69. STYMULANTY NIE MOGĄ BYĆ STOSOWANE U OSÓB Z PADACZKĄ • 181
- 70. STYMULANTY NIE MOGĄ BYĆ STOSOWANE U OSÓB Z TIKAMI • 183
- 71. STYMULANTY NIE MOGĄ BYĆ STOSOWANE U OSÓB Z CHOROBA DWUBIEGUNOWĄ • 185

- 72. STYMULANTY NIE MOGĄ BYĆ STOSOWANE U OSÓB Z ZABURZENIEM BORDERLINE • 187
- 73. STYMULANTY NIE MOGĄ BYĆ STOSOWANE U OSÓB Z ZABURZENIAMI LĘKOWYMI • 191
- 74. STYMULANTY NIE MOGĄ BYĆ STOSOWANE U OSÓB UZALEŻNIONYCH • 193
- 75. STYMULANTY NIE MOGĄ BYĆ STOSOWANE W CIĄŻY • 197
- 76. STYMULANTY ODWADNIAJĄ • 201
- 77. W LECZENIU ADHD STOSUJE SIĘ WYŁĄCZNIE STYMULANTY • 203
- 78. NAJLEPSZYM LEKIEM NA ADHD JEST AMFETAMINA • 205
- 79. LEKI NA ADHD SĄ PRZEZNACZONE TYLKO DLA DZIECI • 207
- 80. LEKI NA ADHD POWODUJĄ, ŻE CZŁOWIEK BĘDZIE NIŻSZY • 209
- 81. LEKI NA ADHD ROBIĄ Z LUDZI ZOMBIE • 211
- 82. LEKI NA ADHD ZABIJAJĄ KREATYWNOSĆ • 213
- 83. STYMULANTY WYWOŁUJĄ PSYCHOZĘ • 215
- 84. LEKI NA ADHD SĄ NIEBEZPIECZNE DLA SERCA • 217
- 85. NIE WIEMY, JAKI JEST DŁUGOTRWAŁY WPŁYW LEKÓW NA CZŁOWIEKA • 221
- 86. NIE WARTO LECZYĆ ADHD W (PÓŻNEJ) DOROSŁOŚCI • 225
- 87. LECZENIE ADHD PROWADZI SIĘ ZA POMOCĄ KRÓTKO DZIAŁAJĄCYCH STYMULANTÓW • 227
- 88. PRZYJMUJĄC LEKI (AMFETAMINOWE) NA ADHD, NIE MOŻNA PROWADZIĆ SAMOCHODU • 229

Część VI. Mity dotyczące psychoterapii ADHD • 231

- 89. ŻEBY WYLECZYĆ ADHD, WYSTARCZY SIĘ POSTARAĆ. NIE TRZEBA PRZYJMOWAĆ LEKÓW • 231
- 90. W LECZENIU ADHD NIE STOSUJE SIĘ PSYCHOTERAPII • 235
- 91. DO WYLECZENIA ADHD WYSTARCZY SAMA PSYCHOTERAPIA • 237
- 92. PSYCHOTERAPIA TO JEDYNA FORMA ODDZIAŁYWAŃ PSYCHOLOGICZNYCH W ADHD • 239
- 93. NAJLEPSZĄ FORMĄ PSYCHOTERAPII W ADHD JEST CBT • 241

Część VII. Mity dotyczące wychowania dziecka z ADHD • 243

- 94. ABY POMÓC DZIECKU Z ADHD, WYSTARCZY PODAĆ MU LEKI • 243
- 95. DZIECKO Z ADHD WYCHOWUJE SIĘ TAK SAMO, JAK DZIECI BEZ ADHD • 245
- 96. ADHD U DZIECI LECZY SIĘ ZA POMOCĄ TERAPII RODZINNEJ • 247

- 97. TWARDA RĘKA WYSTARCZY DO PRAWIDŁOWEGO WYCHOWANIA DZIECKA Z ADHD • 249
- 98. TERAPIA DIALEKTYCZNO-BEHAWIORALNA (DBT) JEST STOSOWANA TYLKO U DOROSŁYCH • 253

Część VIII. Mity dotyczące suplementacji w ADHD • 255

- 99. W LECZENIU ADHD NALEŻY STOSOWAĆ MAGNEZ • 255
- 100. STYMULANTY WYPŁUKUJĄ MAGNEZ • 257
- 101. ADHD MOŻNA LECZYĆ DIETĄ • 259
- 102. ADHD MOŻNA LECZYĆ ZA POMOCĄ SZAFRANU • 261
- 103. ADHD MOŻNA LECZYĆ ZA POMOCĄ RÓŻEŃCA GÓRSKIEGO • 263
- 104. ADHD MOŻNA LECZYĆ ZA POMOCĄ LSD • 265
- 105. ADHD MOŻNA LECZYĆ ZA POMOCĄ KAWY • 267
- 106. ADHD MOŻNA LECZYĆ ZA POMOCĄ MARIHUANY • 269
- 107. ADHD MOŻNA LECZYĆ, OGRANICZAJĄC ILOŚĆ SPOŻYWANYCH SŁODYCZY • 271