

FYSISK AKTIVITET VID NEUROPSYKIATRISKA TILLSTÅND

Nanna Byström
Överläkare
Prima Vuxenpsykiatri, Neuropsyk

NEUROPSYKIATRISKA TILLSTÅND

- ◉ ADHD/ADD
- ◉ Autismspektrumstörningar
- ◉ Dyslexi/Dyskalkuli
- ◉ Tics/Tourettes
- ◉ Mental retardation
- ◉ Motorisk utvecklingsstörning/DCD
- ◉ Språkstörningar

ADHD/ADD

◉ Ouppmärksamhet

- Slarvfel
- Bibehålla koncentrationen
- Lyssna
- Följa instruktioner
- Organisera
- Undviker
- Tappar bort
- Lättdistraherad
- Glömmer

◉ Hyperaktivitet

- Sitta stilla
- Lämnar sin plats
- Springer omkring/rastlös
- Svårt vara lugn/stilla
- På språng
- Pratar mycket

◉ Impulsivitet

- Kastar ur sig svar
- Otålig
- Avbryter

AUTISMSPEKTRUMTILLSTÅND (AST)

◉ Social interaktion

- Begränsat icke-verbalt beteende
- Oförmåga etablera kamratrelationer
- Brist på spontan vilja att dela
- Brist på emotionell ömsesidighet

◉ Kommunikation

- Försenad talutveckling
- Nedsatt förmåga ileda/upprätthålla samtal
- Stereotyp tal
- Brist på spontan låtsaslek

◉ Begränsningar i beteenden och intressen

- Specialintressen (omfattande fixering)
- Oflexibel rutinbundenhet
- Stereotypa motoriska manér
- Detaljfokus

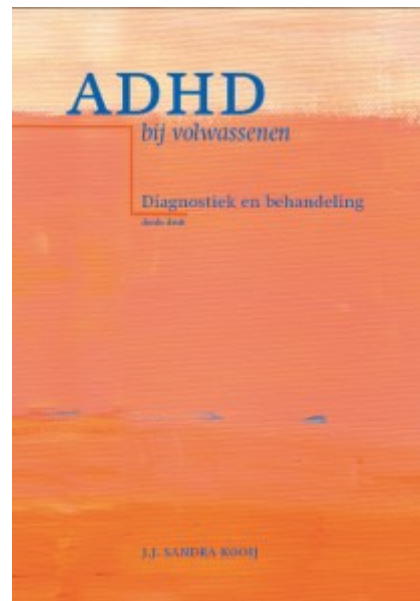
PSYKIATRISK KOMORBIDITET

- ◉ Annat neuropsykiatrisk tillstånd
- ◉ Depression
- ◉ Ångesttillstånd
- ◉ Sömnstörning
- ◉ Missbruk
- ◉ Psykotiska symtom
- ◉ Personlighetsstörning

FYSISK AKTIVITET VID NP TILLSTÅND

- ◉ Inga evidens
- ◉ Ingår inte i behandlingsarsenalen

LITTERATUR JAG OFTA SLÅR I



MEN FINNS VERKLIGEN INGA EVIDENS?

◎JO!

◎ Bunkefloprojektet, Ericsson

◎ Arbetsminne, Klingberg

Träning ger smarta barn

Publicerad 2011-03-17 10:55



I dag, på "Hjärnans dag" presenterar hjärnforskaren Torkel Klingberg nya rön om hur barnets minne växer och utvecklas. Att motionera, spela musikinstrument och dataspel är bra.

Varför har en del barn så förtvivlat svårt att lära sig läsa och räkna? Det har föräldrar och lärare undrat i alla år. Förklaringen är troligen att vissa barn har problem med arbetsminnet, alltså det minne som gör att vi kan hålla information aktuell under en kort stund, några få sekunder bara.

ANNONS:

200% bonus och 20 spinn

Sätt in 500 och få 1500 kr att spela för + 20 extra spinn.

www.sverigeautomaten.com

Välkommen till Nybygget

Nybygget för hela familjen, 15 nybyggda Visionshus & Barnpassning

ANNONS:

— UPP TILL —
70%
rabatt

**PÅ
HANDPLOCKADE
LYXHOTELL**

BLI MEDLEM NU

secret escapes

Bostad

ÄNNU MER EVIDENS

- ◉ Fysisk träning förebygger/behandlar depression
- ◉ Fysisk träning minskar ångest
- ◉ Förbättrar sömnen

VAD SÄGER PATIENTERNA?

- ◉ Längre stubin
- ◉ Minskad rastlöshet
- ◉ Ökad koncentrationsförmåga

MOTORISKA SVÅRIGHETER VID NP

- ◉ Väldigt vanligt
 - ◉ Dålig koordination
 - ◉ Klumpiga
 - ◉ Nedsatt balans
 - ◉ Dålig finmotorik
-
- ◉ Impulsivitet

OCH VAD FÅR DET FÖR KONSEKVENSER?

- ◉ Dåligt självförtroende
- ◉ Vill inte vara med på idrotten
- ◉ Sitter framför datorn
- ◉ Ond spiral

FYSISK AKTIVITET, VAD ÄR DET

- ◉ Förbättrad kondition
- ◉ Ökad styrka
- ◉ Rutiner?
- ◉ Bättre självförtroende?
- ◉ Sociala färdighetsträning?
- ◉ Grupptillhörighet?
- ◉ Kreativ miljö?

FUNDERA ÖVER...

- ◉ Ska dessa barn vara med på idrotten eller ej?
- ◉ Vilken typ av aktivitet?
- ◉ Sjukgymnastik?

NU DÅ?

- ◉ Mer forskning!
- ◉ Mer träning!
- ◉ Mer FaR!

TACK!