

Angst- Zwangsstörung

Die Komorbidität (das gemeinsame Auftreten) von ADHS und Angst- bzw. Zwangsstörungen bei Kindern ist ein wichtiges Thema, da sich die Symptome gegenseitig beeinflussen können und die Diagnostik oft komplex ist.

Häufigkeit:

ADHS und Angststörungen:

Bei Kindern mit ADHS treten Angststörungen deutlich häufiger auf als in der Allgemeinbevölkerung.

- Etwa 25-50% der Kinder mit ADHS erfüllen im Laufe ihrer Entwicklung die Kriterien einer Angststörung.
- Zu den häufigsten Formen gehören:
- Trennungsangst
- Generalisierte Angststörung
- Soziale Angststörung
- Spezifische Phobien

ADHS und Zwangsstörungen:

Die Kombination von ADHS und Zwangsstörungen ist seltener, aber klinisch bedeutsam.

- Schätzungen gehen davon aus, dass etwa 10-30% der Kinder mit Zwangsstörung gleichzeitig ADHS haben.
- Umgekehrt entwickeln etwa 5-15% der Kinder mit ADHS auch eine Zwangsstörung.

Die genauen Zahlen schwanken je nach Studie und Diagnosekriterien.

Warum treten sie gemeinsam auf?

Mehrere Faktoren werden diskutiert:

1. Gemeinsame neurobiologische Grundlagen:

ADHS, Angststörungen und Zwangsstörungen betreffen teilweise überlappende Hirnnetzwerke, insbesondere:

- Frontostriatale Netzwerke
- Exekutivfunktionen
- Emotionsregulation

2. Genetische Faktoren:

Familienstudien zeigen Überschneidungen genetischer Risikofaktoren für ADHS, Angst und Zwangssymptome.

3. Psychosoziale Belastungen:

Kinder mit ADHS erleben häufiger:

- Schulische Misserfolge
- Konflikte mit Gleichaltrigen
- Negative Rückmeldungen von Erwachsenen

Diese Erfahrungen können die Entwicklung von Ängsten begünstigen.

Wie äußert sich die Komorbidität?

ADHS + Angststörung:

Typische Merkmale:

ADHS - Symptome	Angstsymptome
Unaufmerksamkeit	Übermäßiges Sorgen
Impulsivität	Vermeidungsverhalten
Hyperaktivität	Körperliche Anspannung
Organisationsprobleme	Perfektionismus

Manchmal wirkt ein ängstliches Kind weniger impulsiv, weil es sich stark kontrolliert. Dadurch kann ADHS übersehen werden.

ADHS + Zwangsstörung:

Hier entstehen oft widersprüchliche Verhaltensmuster:

ADHS	Zwangsstörung
Impulsivität	Überkontrolle
Desorganisation	Ordnungszwänge
Schnelles Handeln	Wiederholtes Kontrollieren
Ablenkbarkeit	Starres festhalten an Ritualen

Ein Kind kann beispielsweise gleichzeitig chaotisch sein und dennoch sehr zeitaufwendige Kontrollrituale entwickeln.

Diagnostische Herausforderungen:

Die Symptome können sich ähneln:

Konzentrationsprobleme:

- Bei ADHS: Ablenkbarkeit durch äußere Reize
- Bei Angst: Konzentration wird durch Sorgen blockiert
- Bei Zwangsstörung: Zwangsgedanken beanspruchen Aufmerksamkeit

Unruhe:

- Bei ADHS: motorische Hyperaktivität
- Bei Angst: innere Anspannung
- Bei Zwangsstörung: Anspannung durch nicht ausgeführte Rituale

Deshalb ist eine sorgfältige Kinder- und Jugendpsychiatrische Diagnostik wichtig.

Auswirkungen auf den Alltag:

Kinder mit ADHS und zusätzlicher Angst- oder Zwangsstörung zeigen häufig:

- Stärkere schulische Probleme
- Geringeres Selbstwertgefühl
- Mehr soziale Schwierigkeiten
- Höhere emotionale Belastung
- Erhöhtes Risiko für Depressionen im Jugendalter

Die Funktionsbeeinträchtigung ist meist größer als bei einer einzelnen Störung.

Behandlung:

Psychotherapie:

Bei Angst- und Zwangstörungen gilt die **kognitive Verhaltenstherapie** als besonders wirksam.

Bei Zwangsstörungen ist die zentrale Methode:

- Exposition mit Reaktionsverhinderung

Medikamentöse Behandlung:

Bei ADHS kommen häufig Stimulanzien zum Einsatz, beispielsweise Methylphenidat.

Wichtig:

- Angststörungen verschlechtern sich unter einer gut eingestellten ADHS-Behandlung oft nicht, sondern können sich sogar indirekt bessern.
- Bei ausgeprägter Angst- oder Zwangstörung werden manchmal zusätzlich Medikamente aus der Gruppe der SSRIs eingesetzt, beispielsweise Fluoxetin, oder Sertralin.

Die Behandlung sollte individuell erfolgen und die jeweils stärker belastende Symptomatik berücksichtigen.

Zusammenfassung:

- Angststörungen gehören zu den häufigsten Begleiterkrankungen von ADHS im Kindesalter.
- Zwangsstörungen kommen seltener vor, treten aber deutlich häufiger auf als in der Allgemeinbevölkerung.
- Die Symptome können sich überlagern und die Diagnostik erschweren.
- Kinder mit ADHS und zusätzlicher Angst- oder Zwangstörung haben oft stärkere funktionelle Einschränkungen.
- Eine Kombination aus sorgfältiger Diagnostik, Verhaltenstherapie und gegebenenfalls medikamentöser Behandlung erzielt meist die besten Ergebnisse