

ADHD – Utdypningsskjema som vedlegg til henvisning - Voksne (og Store barn)
Til bruk når Legeintervjuet (og ev. Selvrapporteringskjema før dette) gir grunnlag for å
mistenke ADHD

©Tore Olai Høghjelle

Sett ring rundt det tallet som best mulig beskriver adferd ilt siste 6 mnd.	Aldri	Sjelden	Av og til	Ofte	Veldig ofte
1. Kortvarig oppmerksomhet, med mindre man / jeg er veldig interessert i noe.	0	1	2	3	4
2. Utsetter alt til siste frist. Har vansker med å komme i gang.	0	1	2	3	4
3. Har vansker med å våkne (må ha kaffe eller en annen aktivitet før han / hun / jeg føler seg / meg helt våken).	0	1	2	3	4
4. Har dårlig håndskrift, bruker ofte trykte bokstaver.	0	1	2	3	4
5. Har en indre følelse av angst og nervøsitet.	0	1	2	3	4
6. Kronisk følelse av underytelse, følelse av at han / hun / jeg skulle ha kommet mye lengre i sitt / mitt liv.	0	1	2	3	4
7. Hyppige trafikkovertridelser.	0	1	2	3	4
8. Legger ofte gjenstander fra seg / meg uten å kunne finne dem igjen (roter bort ting).	0	1	2	3	4
9. Føler seg / meg ofte urolig mens han / hun / jeg leser, eller begynner med slutten; har vanskeligheter med å holde tråden.	0	1	2	3	4
10. Har tendens til raskt å kjede seg / meg.	0	1	2	3	4
11. Rastløs, er konstant i bevegelse, beveger bena, kan ikke holde seg / meg i ro.	0	1	2	3	4
12. Påbegynte oppgaver fullføres ikke; følges dårlig opp.	0	1	2	3	4
13. Sier akkurat hva som kommer en / meg i tankene uten å vurdere innholdet (taktløshet).	0	1	2	3	4
14. Har vansker med å følge vanlig saksgang, vansker med å følge vanlige prosedyrer / rutiner, leser sjelden bruksanvisninger.	0	1	2	3	4
15. Utålmodig, har lav frustrasjonsterskel.	0	1	2	3	4
16. Skifter arbeidsplass på impuls.	0	1	2	3	4
17. Lyver eller stjeler på impuls.	0	1	2	3	4
18. Dårlig organisering og planlegging, vansker med å holde orden på jobben eller hjemme.	0	1	2	3	4
19. Konstant forsinket eller i tidsnød.	0	1	2	3	4
20. Svak styring av finansielle anliggender (betaler regninger for sent, bruker unødvendig mye penger på forsinket betaling).	0	1	2	3	4
21. Manglende oppmerksomhet på detaljer; fordi han / hun / jeg lett lar seg / meg distrahere.	0	1	2	3	4
22. Vansker med å lytte nøye på anvisninger / instruksjoner / beskjeder.	0	1	2	3	4
23. Er entusiastisk i begynnelsen, men fullfører dårlig.	0	1	2	3	4
24. Vansker med å lære nye spill / oppgaver fordi det er problematisk å opprettholde oppmerksomheten gjennom forklaringen.	0	1	2	3	4
25. Må bevege seg for å tenke.	0	1	2	3	4
26. Varierende arbeidsprestasjoner.	0	1	2	3	4
27. Kroniske vansker med selvfølelsen.	0	1	2	3	4

ADHD – Utdypningsskjema som vedlegg til henvisning - Voksne (og Store barn)
Til bruk når Legeintervjuet (og ev. Selvrapporteringskjema før dette) gir grunnlag for å
mistenke ADHD

©Tore Olai Høghjelle

28. Sover eller blir trett mens han / hun / jeg leser.	0	1	2	3	4
29. Har sinnesutbrudd, kort lunte.	0	1	2	3	4
30. Oppsøker ofte situasjoner med høy stimulering, risikosport, gambling, stressende jobber, gjør mye samtidig.	0	1	2	3	4
31. Har tendens til å oppsøke konflikter eller være kranglete.	0	1	2	3	4
32. Føler seg / meg ofte trett.	0	1	2	3	4
33. Impulsiv (brå i ord og / eller handlinger).	0	1	2	3	4
34. Har en tendens til avhengighet (mat, alkohol, narkotika, arbeid).	0	1	2	3	4
35. Har vansker med å koordinere bevegelser (finmotoriske problemer).	0	1	2	3	4
36. Har angst for testsituasjoner eller får «jerntepe» i slike situasjoner.	0	1	2	3	4
37. Har problemer med å sitte stille. F.eks. Vansker med å sitte for lenge på et sted eller sitte i lengre perioder ved et skrivebord, eller sitte rolig for å se en film.	0	1	2	3	4
38. Jo mer han / hun / jeg prøver, desto værre blir det.	0	1	2	3	4
39. Arbeidsoppgaver utføres dårligere under press.	0	1	2	3	4
40. Har vansker med å sovne, pga for mye tanker.	0	1	2	3	4
41. Har ofte store bunker av saker.	0	1	2	3	4
42. Blir lett overveldet av dagligdagse oppgaver.	0	1	2	3	4
43. Har perioder med manglende energi, særlig tidlig om morgenen og på ettermiddagen.	0	1	2	3	4
44. Bruker mye tid på jobben pga ineffektivitet.	0	1	2	3	4
45. Har lett for å bli forstyrret, taper oppmerksomhet, men det motsatte hvis det er veldig interessant.	0	1	2	3	4

Fylles ut i 3 eksemplarer:

1. Pasienten selv
2. Person nr. 1 som kjenner pasienten godt
3. Person nr. 2 som kjenner pasienten godt.

(Minst én må ha kjent pasienten siden barndommen og selv vært betydelig eldre. Men én av personene trenger ikke å ha kjent pasienten mer enn i voksen alder. Eksempler på pkt 2: Foreldre, lærere, eldre slektninger. Eksempler på pkt 3: Partner / Ektefelle)

Navn: _____ Fødselsdato: _____

Fyllt ut av (angi relasjon): _____ Utfyllingsdato: _____