

Comprendre le TDAH chez l'adulte

par Heidi Bernhardt, IA

Le TDAH chez l'adulte est un trouble neurobiologique qui peut aussi être classé comme un trouble de santé mentale.

Taux de prévalence

Auparavant, on croyait que les symptômes du TDAH disparaissaient lorsque l'enfant devenait un adolescent. Mais nous savons maintenant que plus de 60% des adultes continueront à présenter les principaux symptômes à l'âge adulte. Certains adultes atteints d'un trouble du déficit de l'attention avec ou sans hyperactivité (TDAH) ont été diagnostiqués avec un TDAH lorsqu'ils étaient enfants et d'autres ont peut-être reçu un traitement, mais beaucoup d'adultes ne savent pas que leurs difficultés sont causées par le TDAH jusqu'à ce qu'ils soient diagnostiqués. Selon une estimation prudente, la prévalence du TDAH est de 4% chez les adultes. Le TDAH n'est pas strictement un phénomène nord-américain, mais un trouble qui est reconnu dans le monde entier.

Symptômes

Les symptômes du TDAH incluent l'incapacité à gérer l'attention (incapacité à être attentif pendant un certain temps, hyper concentration et incapacité à recentrer son attention, et difficulté à donner une priorité selon le niveau d'importance et non d'intérêt) ayant une atteinte fonctionnelle significative sur la vie de l'individu et possiblement, mais pas nécessairement, l'hyperactivité et l'impulsivité. Comme pour le TDAH chez l'enfant, il existe trois sous-types de TDAH chez l'adulte qui sont déterminés en fonction du type de symptômes présentés, y compris: inattention prédominante (anciennement connu sous le nom TDA), combiné (tous les trois symptômes) et hyperactivité prédominante (extrêmement rare). Plusieurs des symptômes du sous-type inattention prédominante du TDAH peuvent être introvertis, ce qui les rend plus difficiles à identifier.

Certains symptômes du TDAH, comme l'hyperactivité extravertie, peuvent diminuer tout au long de la vie de l'individu, mais plusieurs adultes continuent à décrire un sentiment d'agitation interne. Certains

adultes disent qu'ils ont simplement appris à canaliser leur agitation. Même si l'impulsivité peut diminuer à l'âge adulte ou tout simplement changer la façon dont elle se présente, plusieurs adultes atteints d'un TDAH trouvent que l'impulsivité au niveau de leurs paroles, gestes et habitudes de dépenses peut leur donner beaucoup d'ennuis. Les déficiences des fonctions exécutives telles que les difficultés avec la mémoire active, les habiletés organisationnelles, la gestion du temps, la planification et la hiérarchisation des priorités, de même que le manque d'habiletés sociales, sont toutes présentes chez les adultes atteints d'un TDAH. Pour la liste complète des symptômes, veuillez consulter le document intitulé "Drapeaux rouges – TDAH chez l'adulte".

Quelles sont les causes du TDAH?

Le TDAH est un trouble avec une forte composante génétique. Un faible pourcentage peut être causé par l'alcool et les cigarettes pendant la grossesse, les complications obstétricales, par un traumatisme crânien ou l'exposition au plomb ou à d'autres toxines.

Même si la cause exacte du TDAH demeure inconnue, des études en imagerie cérébrale ont identifié des différences dans le cerveau des personnes atteintes d'un TDAH. Pour plus de renseignements, veuillez consulter : <http://www.nimh.nih.gov/health/publications/attention-deficit-hyperactivity-disorder/index.shtml>. Des chercheurs ont découvert que des déficiences au niveau des neurotransmetteurs chimiques du cerveau, la dopamine, la noradrénaline et l'adrénaline sont également des causes de la maladie.

Critères pour un diagnostic

Même si pas toujours diagnostiqué pendant l'enfance, les symptômes doivent avoir été présents avant l'âge de 12 ans afin de prononcer un diagnostic du TDAH. Le TDAH n'apparaît pas subitement à l'âge adulte. Plusieurs adultes seront diagnostiqués après que leurs enfants aient été évalués pour un TDAH. Bien que la plupart des gens éprouvent plusieurs de ces symptômes de temps à autre, les symptômes d'inattention, d'hyperactivité et d'impulsivité doivent être à un niveau d'atteinte fonctionnelle significative pour qu'un diagnostic du TDAH soit prononcé. Il existe une différence importante entre avoir des difficultés d'inattention occasionnelle lorsque vous êtes fatigué ou stressé et être incapable d'être attentif la plupart du temps, peu importe les efforts faits ou l'importance de la tâche. Puisqu'il est reconnu que la présentation des symptômes change avec le vieillissement des enfants, le DSM 5 a

récemment réduit les exigences pour le diagnostic des adultes et des adolescents, à désormais cinq symptômes reconnaissables requis contre six pour les enfants.

Pour plus d'information sur l'évaluation approfondie et le diagnostic du TDAH chez l'adulte, veuillez consulter le document intitulé "L'évaluation et le diagnostic du TDAH chez l'adulte".

Différences entre les sexes

Bien que le TDAH soit encore trois fois plus souvent diagnostiqué chez les garçons que chez les filles, les taux de prévalence deviennent plus égaux à l'âge adulte, démontrant que le TDAH est sous-diagnostiqué chez les filles. Ceci est probablement dû au fait que les femmes sont plus souvent diagnostiquées avec le sous-type inattention prédominante avec moins d'hyperactivité et d'impulsivité. Alors que l'hyperactivité et l'impulsivité peuvent être des signes précurseurs pour les enseignants et les parents, ce sont les difficultés d'attention, communes aux deux sous-types, qui provoquent le plus des problèmes académiques. Beaucoup de femmes adultes atteints d'un TDAH se souviennent avoir passé la plupart de leur journée en classe en train de rêver, être incapable d'écouter et de se concentrer sur leurs tâches. Les femmes sont généralement diagnostiquées plus tard dans la vie.

Malheureusement, aujourd'hui encore, de nombreuses femmes atteintes d'un TDAH ont tendance à être diagnostiquées avec une dépression au lieu d'un TDAH. Parfois, cette dépression se présente en comorbidité avec le TDAH et les deux devraient être diagnostiqués. Également, certains médecins consultés par les patientes n'ont pas été formés dans le domaine du TDAH et ils interprètent mal les difficultés d'attention comme étant des symptômes d'une dépression plutôt que le sous-type inattention prédominante du TDAH. Bien que les hommes et les femmes puissent présenter des troubles d'anxiété et de dépression en même temps, les femmes souffrent plus de détresse psychologique et de faible estime de soi. Des études ont démontré que les femmes sont cinq fois plus susceptibles que les hommes d'être diagnostiquées avec une dépression et trois fois plus susceptibles d'être traitées pour une dépression avant que leur TDAH soit diagnostiqué.

Comme autres troubles comorbides communs chez les femmes, il y a la suralimentation compulsive, le manque chronique de sommeil, le stress chronique et la fibromyalgie. Les fluctuations hormonales peuvent aussi causer des difficultés supplémentaires puisque les symptômes du TDAH augmentent à

mesure que l'œstrogène diminue. Cela rend également la thérapie pharmacologique plus difficile. Lorsque non traité, les hommes atteints d'un TDAH présentent une incidence plus élevée de criminalité et d'abus de substances. Les symptômes d'intensité et de sous-type ne diffèrent pas entre les hommes et les femmes.

Les sites Internet utilisés comme référence lors de la préparation de ce document:

<http://psychcentral.com/lib/gender-differences-in-adhd/0003074>

<http://www.help4adhd.org/en/living/womengirls/WWK19>

<http://psychcentral.com/lib/adhd-and-gender/0003126>

<http://www.nimh.nih.gov/health/publications/attention-deficit-hyperactivity-disorder/index.shtml>

<http://www.dsm5.org/Documents/ADHD%20Fact%20Sheet.pdf>