

Naturens betydning for børn (og voksne) med ADHD



Matt P. Stevenson

matthew.peter.stevenson@regionh.dk



**Steno Diabetes Center
Copenhagen**

93 56 52 77



Hovedpunkter

Ophold i naturen kan forbedre arbejdshukommelse, kognitive fleksibilitet, og kontrolleret opmærksomhed

Børn er hurtigere og mere stabil i deres kognitive præstation efter en gå tur i naturen

Børn, der kender naturen, er mere sandsynlig at gavne

Evidensen om hvordan ophold i naturen påvirker børn med ADHD er underudviklet

Hvorfor skal vi finde nye behandlingsmetoder?



SUNDHEDSSTYRELSEN

OM OS NYHEDER ENGLISH

Sundhed og livsstil

Sygdom og behandling

Rationel farmakoterapi

Uddannelse

Planlægning

Forside > Nyheder > 2018 > [Medicin skal sjældent være førstevalg i behandlingen af ADHD](#)

NYHEDER

Abonner

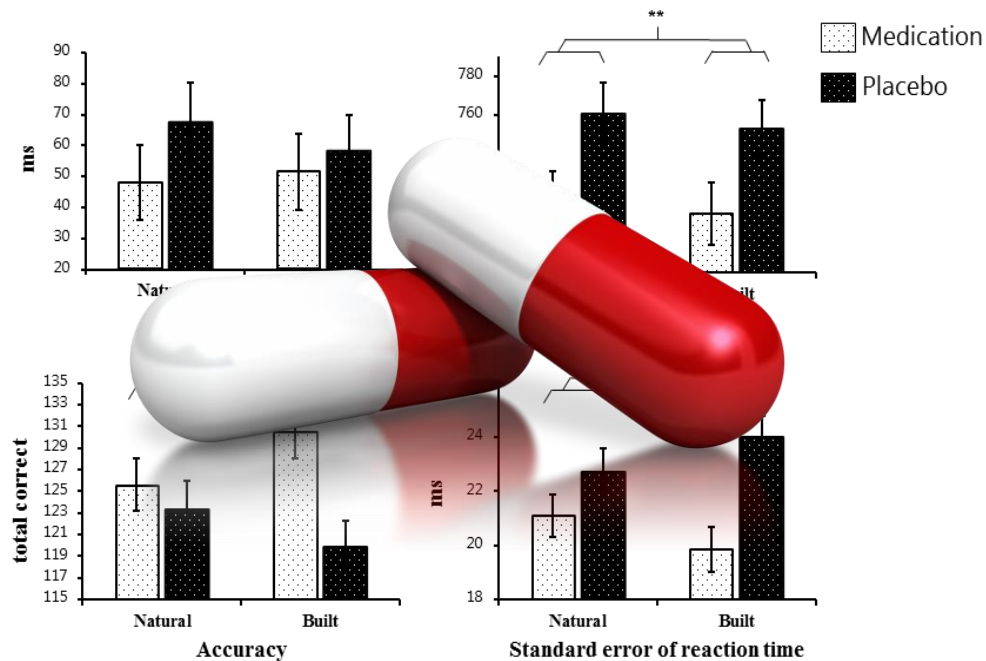
Nyheder opdelt i emner

Medicin skal sjældent være førstevalg i behandlingen af ADHD

Oprettet 7. september 2018



Naturen og ADHD



Men...

1/ ikke nok deltager
($n = 22$)

2/ målinger?

3/ træthed / "nature-connectedness"

4/ sociale kontekst

Børn får mere energi til at kontrollere deres adfærd at fuldføre en opgave

Continuous Performance Test

Inter-stimulus intervals

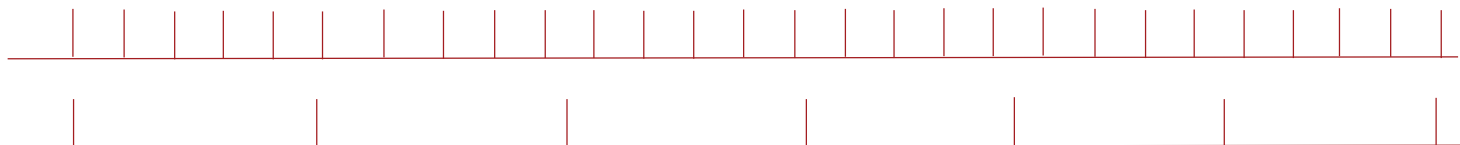
Presentation rate

short

fast

long

slow

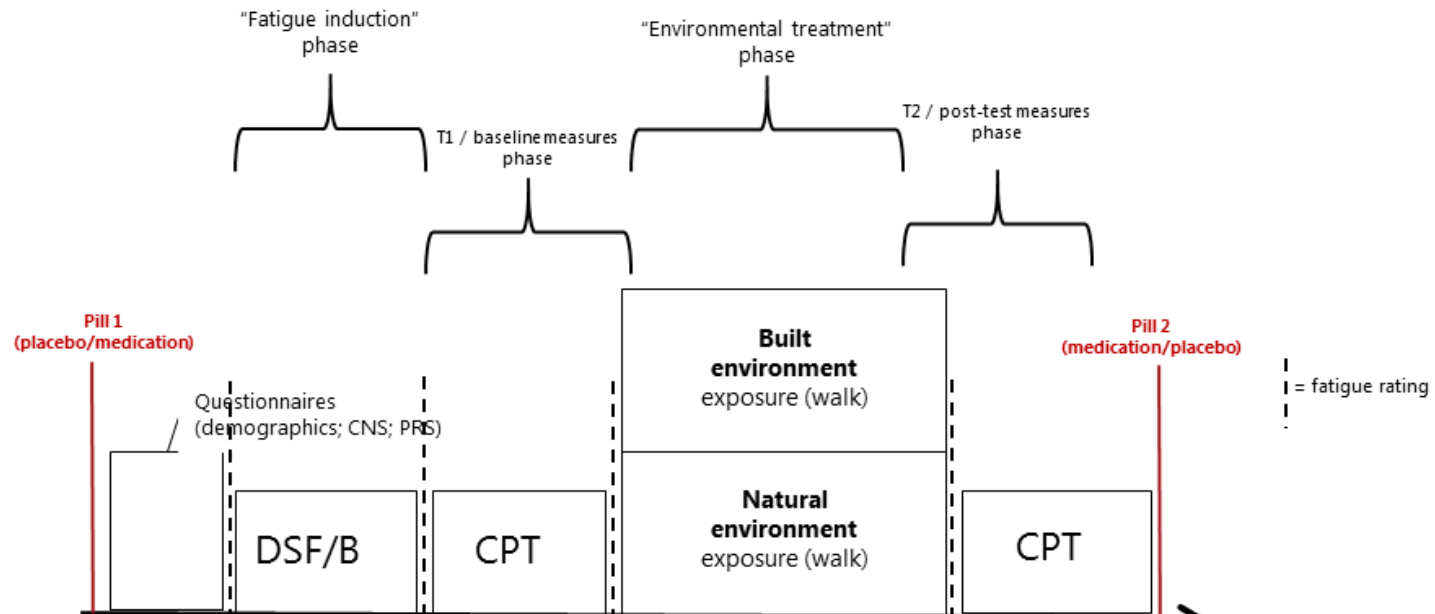


tid



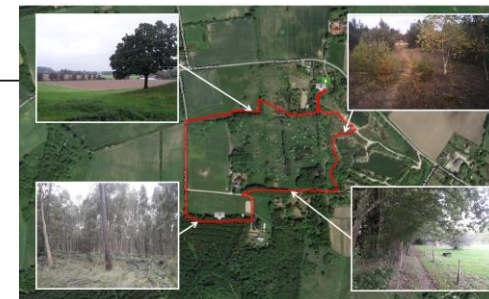
RCT 2019

Kan ophold i naturen supplere farmakologiske behandling?



~15' 45'
90-120 minutes

NIH U.S. National Library of Medicine
ClinicalTrials.gov



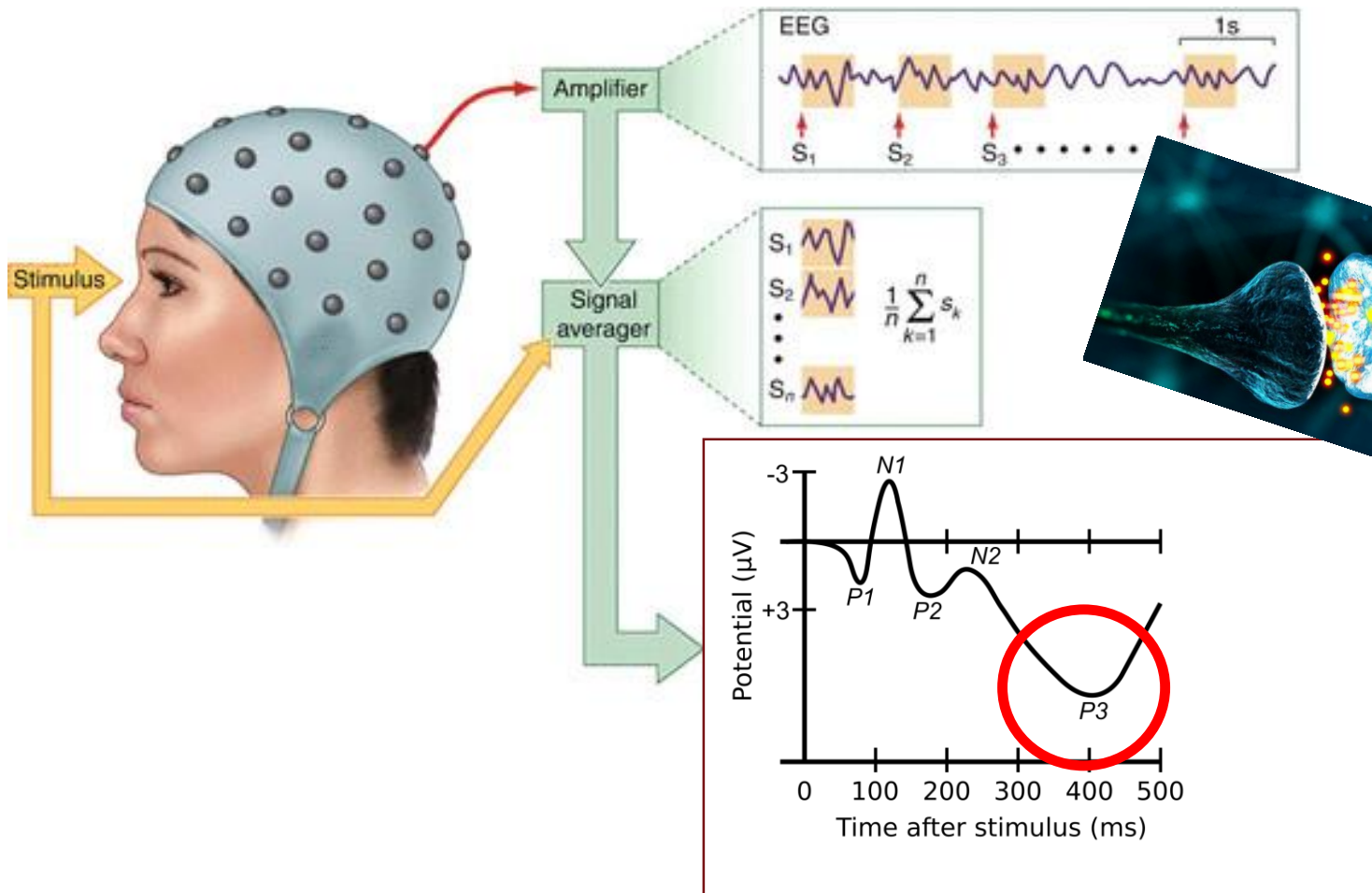
Hvad er betydningen?



- Behandling for mere end bare opmærksomhed forstyrrelser
- Regelmæssige ophold i naturen at støtte behandling af kognitive symptomer
- Optimering af programmer / indsatser i naturen der gavner børn og voksne med ADHD
- Højere opmærksomhed på naturen som en måde at overvinde mentale træthed (klinisk, men også til hverdag)

Næste skridt?

Lad os kigge ind i hjernen!





Mange tak

Rekruttering begynder snart

Kender du nogen der kunne har du lyst / interesse i at deltage eller hjælpe med rekruttering?

Skriv eller ringe gerne 😊

Matt P. Stevenson

matthew.peter.stevenson@regionh.dk

93 56 52 77