



Examensarbete i omvårdnad, 15 hp, Avancerad nivå (A1E)  
Specialistsjuksköterskeprogrammet med inriktning mot psykiatrisk vård 60 hp  
Slutseminarium: 2024-05-20  
Examinerat och godkänt: 2024-06-07

# **VUXNA INDIVIDENS UPPLEVELSER AV ATT LEVA MED ADHD**

## **ADULTS EXPERIENCES OF LIVING WITH ADHD**

Författare: Akberet Teklehaymanot  
Radouane EI Hadj Tahar  
Handledare: Emegwa Okenwa Leah, Med. dr., docent  
Examinator: Inger Wätterbjörk, Med. dr., docent

Röda Korsets Högskola

Besöksadress: Hälsovägen 11C, 141 57 Huddinge | Postadress: Röda Korsets Högskola, Box 1059, 141 21 Huddinge  
Telefon: 08 – 587 516 00 | E-post: [info@rkh.se](mailto:info@rkh.se) | [www.rkh.se](http://www.rkh.se)

# SAMMANFATTNING

**Bakgrund:** Tre procent av alla vuxna i Sverige har Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) diagnos. ADHD-diagnos kan orsaka lidande hos individen på grund av social dysfunktion, ångest, depression, drogmissbruk och kriminalitet med mera. För att kunna bemöta dessa individers samsjukligheten ställs krav att ha förståelse och medvetande om patientens upplevelse av att leva med ADHD.

**Syfte:** Syftet var att undersöka vuxna individers upplevelser av att leva med ADHD

**Metod:** En strukturerad litteraturgenomgång genomfördes där vetenskapliga artiklar söktes i olika databaser: CIHNAL, PubMed och PsycInfo. Artiklarna kvalitetsgranskades i enlighet med Bettany-Saltikov & McSherry gransknings mall. Datan analyserades i enlighet med Graneheim och Lundman latent innehållsanalys.

**Resultat:** Två Huvudkategorier identifieras i vuxnas upplevelser av att leva med ADHD: *Upplevelse som framkallar negativa känslor* och *Upplevelse som framkallar positiva känslor*. Därefter organiserats dessa två huvudkategorier en i tre underkategorier.

**Slutsats:** Sammanfattningsvis visade resultaten att ADHD orsakar sjukdomslidande som relaterad till symtomen, livslidande på grund av misslyckandet i relation, utbildning och professionellt yrke och vårdlidande på grund av väntetiden att få behandling och omvårdnad, bristande vägledning och stigma. Genom att först dessa lidande kan vårdpersonalen stödja individen med ADHD på ett bra sätt.

**Nyckelord:** Experience; Living; ADHD; Adult

# ABSTRACT

**Background:** Three percent of all adults in Sweden have attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) diagnosis. ADHD diagnosis can cause suffering in the individual due to social dysfunction, anxiety, depression, drug abuse and criminality and more. To be able to respond to these co-morbidities, it is required to have understanding and awareness of the patient's experience of living with ADHD.

**Purpose:** The purpose is to investigate adults' experiences of living with ADHD

**Method:** A structured literature review was conducted where scientific articles were searched in different databases: CINAHL, PubMed and PsycInfo. The articles were Quality reviewed in accordance with the Bettany-Saltikov & McSherry review template. The data was analyzed in accordance with Graneheim and Lundman content analysis.

**Results:** Two main categories are identified in adults' experiences of living with ADHD: Experience that evokes negative emotions and Experience that evokes positive emotions. These two main categories are then organized into three subcategories.

**Conclusion:** In summary, the results showed that ADHD causes disease suffering as related to the symptoms, life suffering due to the failure of relationship, education and professional occupation and care suffering due to the waiting time to receive treatment and care, lack of guidance and stigma. By recognizing these sufferings first, the healthcare staff can support the individual with ADHD in a good way.

**Keywords:** Experience; Living; ADHD; Adult

# INNEHÅLLSFÖRTECKNING

<b>INTRODUKTION</b> .....	<b>1</b>
<b>1. BAKGRUND</b> .....	<b>2</b>
1.2    Konsekvens av ADHD .....	2
1.3    ADHD-behandling .....	2
1.4    Sjuksköterskans roll .....	3
1.5    Teoretisk referensram, teoretiska perspektiv och bärande begrepp .....	3
1.6    Problemformulering .....	4
<b>2. SYFTE</b> .....	<b>5</b>
<b>3. METOD</b> .....	<b>6</b>
3.1    Design .....	6
3.2    Urval .....	7
3.3    Datainsamling .....	8
3.4    Kvalitetsgranskning .....	10
3.5    Dataanalys .....	10
3.6    Etiska aspekter .....	12
<b>4. RESULTAT</b> .....	<b>13</b>
4.1    Upplevelse som framkallar negativa känslor .....	13
4.1.1    Att uppleva ADHD som lidande .....	13
4.1.2    Att uppleva ADHD som hinder under utbildningen och arbete .....	14
4.1.3    Att uppleva ADHD förvärrade besvär när vårdbritsar .....	15
4.2    Upplevelse som framkallar positiva känslor .....	16
4.2.1    Upplevelse av att övervinna barriär med att leva med ADHD .....	16
4.2.2    Att uppleva välbefinnande i en välfungerande ADHD-behandling .....	17
4.2.3    Att uppleva acceptans till ADHD som en del av ens liv .....	18
<b>5. DISKUSSION</b> .....	<b>20</b>
5.2    Resultatdiskussion .....	21
<b>6. SLUTSATSER</b> .....	<b>24</b>
6.1    Kliniska implikationer .....	24
<b>7. REFERENSER</b> .....	<b>25</b>
<b>8. BILAGOR</b> .....	<b>1</b>
BILAGA A SÖKMATRIS .....	1
BILAGA B ARTIKEL MATRIS .....	2

# INTRODUKTION

Ett gemensamt intresse i valet av ämne för detta examensarbete fann genom att den ena av författarna arbetar på en ADHD-mottagning för vuxna och den andra författaren har haft sin verksamhetsförlagda utbildning inom ett neuropsykiatriskt program. I kontakten med vuxna individer som har ADHD-diagnos har författarna upptäckt att varje möte är unikt och att det är stor variation från en patient till en annan hur ADHD påverkar deras liv. Eftersom ADHD är en livslång diagnos som saknar botemedel och endast kan behandlas symptomatiskt, kommer individer med ADHD att behöva kontinuerligt stöd i olika aspekter av sina liv för att hantera de funktionsnedsättningar som diagnosen innebär. Därför individen som lever med ADHD kommer behöva hjälp inom flera områden av sitt liv för att underlätta de funktionsnedsättningar som diagnosen kan innebära. Samtidigt upplevde författarna bristande kunskap om ADHD hos sig själva och sina kollegor. Sjuksköterskans synsätt och kunskap om ADHD är avgörande för att individen med ADHD ska kunna få rätt behandling och omvårdnad. Med utgångspunkt i att sjuksköterskans omvårdnad ska bygga på ett personcentrerat förhållningssätt så lyfter författarna fram värdet av att ta del av patientens egen berättelse. Därför bestämde författarna sig för att undersöka patientupplevelser av att leva med ADHD för att kunna förstå mer om hur ADHD kan påverka livet och för att genom ökad förståelse för patienten kunna genomföra en framgångsrik vårdplan och behandling.

# 1. BAKGRUND

## 1.1 Vad är ADHD

Kännetecken och symtom på Attention Deficit Hyperactivity Disorder (ADHD) har varit kända i över tvåhundra år, även om termen ADHD inte används (Internationellt Konsensusuttalande från World Federation of ADHD, 2022). I början av 2000-talet introducerades DSM-IV vilket gjorde det möjligt att diagnostisera vuxna med ADHD (Bejerot, 2016, s. 241). DSM-IV är en diagnosmanual som är mest utformad för att kategorisera psykiatriska sjukdomar på ett systematiskt och djupare sätt (American Psychiatric Association, 2015). ADHD är en neuropsykiatrisk diagnos med uppmärksamhet- och koncentrationssvårigheter, bristande impuls kontroll och hyperaktivitet. Det anses vara relaterat till låga nivåer av noradrenalin och dopamin i den prefrontala cortex (Arborelius, 2016, s. 243 & Bejerot 2016, s. 241). ADHD är en neuropsykiatrisk funktionsnedsättning som orsakad av störningar i hjärnans signalsubstanser, inklusive dopamin, serotonin och noradrenalin vilket leder till felaktig kommunikation mellan nervcellerna i hjärnan. Både miljö och arv bedrar till förekomsten av ADHD, där ärftlighet är den vanligaste faktorn (Thapar et al., 2011). Två till fem procent av vuxna i Europa har ADHD (European Commission, 2020). Tre procent av alla vuxna i Sverige har ADHD-diagnos (Socialstyrelsen, 2019).

Majoriteten av vuxna som har diagnostiserats med ADHD har minst en samsjuklighet med psykisk ohälsa bland annat bipolär typ ett och två, ångeststörningar, personlighetsstörningar, antisocial personlighetsstörning, missbruk eller annan neuroutvecklingsstörning (Weibel et al., 2020). Individer med ADHD diagnos har en ökad risk för att drabbas av stresskänslighet, smärta, sömnproblem, högt blodtryck, fetma, minnessvikt, ensamhet, utmattningssyndrom och självmord tankar eller handlingar. Det är vanligt att individen vårdas inom allmänpsykiatri, beroendebehandling, kriminalvård och rättspsykiatri (Bejerot, 2016, s. 241).

## 1.2 ADHD-behandling

ADHD är en obotlig funktionsnedsättning men att det går att lindra symtomen (Socialstyrelsen, 2019). Behandling för vuxna med ADHD ska syfta till att minska funktionsnedsättning och störning genom att erbjuda psykoedukation, kognitiv beteendeterapi, farmakologisk behandling och praktiskt anpassade åtgärder i utbildningen och arbetsplatsen, dessutom är det viktigt att upptäcka diagnosen i god tid (Weibel et al., 2020). Det finns olika läkemedel behandling för ADHD, olika CS (centralnervsystemet stimulantia), selektiv noradrenalinåterupptagshämmare, adrenalin-receptorazinoxetiner och agonister (Chubarev et al., 2022). De vanligaste registrerade läkemedel i Sverige för ADHD behandling är Metylfenidat, lisdexamfetamin, dextroamfetamin, atomoxetin och guanfacin (Arborelius, 2016, s. 243). Icke farmakologiska insatser, att utbilda vårdpersonal, bra kommunikation och kontakt mellan utbildningsinsatser, karriärrådgivning och yrkesutbildning är viktigt för att bemöta vårdbehovet hos vuxna med ADHD (Young, 2020). Vuxna med ADHD fick betydande hälsoförbättring av psykoterapi-behandling som bygger på en holistisk syn och är anpassade till individen (Jessica et al., 2022). Samverkande ADHD-tjänst för vuxna mellan primärvård, psykiatriska specialistvården och apotek har visat sig vara en framgångsrik allians som utöver ökad effektivitet och evidensbaserad praxis resulterade i kostnadsbesparingar och förbättrad tillgång till psykiatrisk vård (Tyler et al., 2020). Den legitimerade sjuksköterskans egen uppfattning om människor med psykiska störningar såsom bland annat hyperaktivitet är en avgörande förutsättning för effektiva behandlingsinsatser (Creamer & Austin, 2017). Vårdpersonalens kunskap kring ADHD är begränsad och att det ibland förekommer stigmatisering kring ADHD. Vårdpersonal beskriver att vissa av deras kollegor uttrycker att ADHD är påhittat eller är en konsekvens av bristande uppfostran (French et al., 2020). Det krävs

mer kunskap och medvetenhet hos vårdpersonal om att vårda vuxna individer med ADHD (Weibel et al., 2020 & Internationellt Konsensusuttalande från World Federation of ADHD, 2022). Det kräver mer förståelse och helhetssyn i insatser för vuxna med ADHD där förekomst av samsjuklighet är vanligt. Vidare beskriver Socialstyrelsen (2019) att det finns kunskapsluckor inom ADHD vård.

### **1.3 Specialistsjuksköterskans roll**

En legitimerad sjuksköterska har mycket att bidra med för att hjälpa individen med psykisk ohälsa att nå förbättrad hälsa (Austin & Creamer, 2017). Sjuksköterskan har en viktig roll gentemot vuxna ADHD-patienter. Den nära kontakten med patienten inom den psykiatriska vården understryker sjuksköterskans viktiga roll att följa upp omvårdnad och medicinens effekt och biverkningar (Earle et al., 2011). En legitimerad specialistsjuksköterska med psykiatriinriktning bland annat ha kunskap om den normala eller avvikande psykiska utvecklingen genom hela livet, kunna identifiera, differentiera och handlägga såväl lindriga som komplicerat tillstånd av samsjuklighet. Utifrån personcentrerad vård och förhållningssätt ska sjuksköterskan tillvara ta patientens och närståendes erfarenhet i planering och genomförande av vård och stöd (Psykiatriska riksföreningen för sjuksköterskor, 2014). Wiklund (2019) betonar vikten av att sjuksköterskor har förståelse för patientens livshistoria för att kunna tillämpa den i omvårdnaden. Att kunna förstå och använda patientens berättelse i omvårdnad är lika viktigt som att ha vårdvetenskap för att göra bedömningar och prioriteringar (Wiklund, 2019). Leahy (2018) beskriver att legitimerad sjuksköterskor har en central roll i vården av vuxna med ADHD genom att erbjuda utbildning och rådgivning till patienten, övervaka och utvärdera läkemedelsbiverkningar samt ge stöd vid familjekriser, både till patienten och deras närstående.

## **1.4 Teoretisk referensram, teoretiska perspektiv och bärande begrepp**

### **1.4.1 Personcentrerad vård**

Personcentrerade vård strävar efter att synlig göra hela människan genom att respektera individen oavsett sjukdomen eller hälsotillstånd. Vården ska ges anpassade till individen (McCance & McCormack, 2006). Personcentrerad vård är ett förhållningssätt där individen ses som en fri och värdig person. Personcentrerad vård kan också beskrivas som en organiserad vårdplan och partnerskap mellan sjuksköterska och patient med målet att synliggöra hela människan för att utforma en individanpassad hälsoplan (Janglund & Muntlin, 2020). Personcentrerad vård uppnås genom att patienten ingår som en aktiv partner i vårdprocessen. Att ge möjlighet att förstå människans lidande och behov är i sig en prioritering av andliga, psykologiska, fysiska, existentiella och sociala behov. Personcentrerad vård strävar efter att uppnå hälsa och ökat välbefinnandet för patienten genom sjuksköterskans professionella arbete inom området hälsoprevention och rehabilitering (Ekman & Norberg, 2021).

### **1.4.2 Lidande**

Lidande har tre dimensioner. Livets lidande är det lidande som människor kan uppleva under livscyklerna där sorger och förluster kan orsaka lidande. Sjukdomslidande är när människan drabbas av ohälsa eller sjukdom, samt vårdlidande som kan uppstå när en människa drabbas av lidande på grund av bristande vård eller att vården i sig kan bli en orsak till lidande. Eriksson menar att sjuksköterskan kan lindra lidande genom att leka, lära och ansa (Eriksson, 2015, s. 77). I omvårdnads teorin om lidande att lindra lidande är en av vårdens uppgift och principer, eftersom det stärker den etiska förståelsen av vård och sedan kärlek. Moraliska handlingar formas av moraliskt ansvar och essensen av det vårdande. Moraliska ansvaret är den kärlek som uppnås i relationen mellan patient och

vårdgivare. Tanken är att moraliskt ansvar uppmuntrar oss att se varje unik person som en hemlig text som måste läras, läsas och tolkas och att en vårdpersonal som lyssnar på patientens upplevelse kan tolka deras lidande för att ge lämplig vård (Bergbom et al., 2022, 1 b). I omvårdnads teorin om lidande, att lidande är en del av livet. Varje lidande är unikt eftersom människor uttrycker sitt lidande på många olika sätt, men lidande i sitt koncept saknar ofta ett språk för att uttrycka vad en person verkligen upplever. För vissa kan lidande betyda en förlust av livsenergi, och det kan innebära att en person är fylld av depression eller fysisk och psykisk smärta. Lidande betyder att inte vara en ofullständig person, utan snarare är det känslan av bristande välbefinnande i livet. Att inte känna det fulla värdet av en person eller att beröva en person sin objektiva och subjektiva värdighet kan vara lidande (Bergbom et al., 2022, 1 a).

## **1.5 Problemformulering**

Individer med ADHD diagnos har en ökad risk för att drabbas av stresskänslighet, smärta, sömnproblem, högt blodtryck, fetma, minnessvikt, ensamhet, utmattningssyndrom och självmord tankar. ADHD-diagnos är en funktionsnedsättning som följer individen hela livet, men det går att lindra lidandet genom att ge rätt behandling och omvårdnad. Behandling för vuxna med ADHD ska syfta till att minska funktionsnedsättning och lindra symptom genom att erbjuda på den farmakologisk och icke farmakologisk behandling. Den komplicerade samsjukligheten gör att det kräver mer kunskap inom vården. Det finns kunskapsluckor i vårdinsatser. Det förekommer ibland stigmatisering kring ADHD när diagnosen beskrivs som påhittad eller som ett beteende orsakat av bristande uppfostran. Den legitimerade sjuksköterskan kan bidra med kunskap och förståelse för att hjälpa individen med psykisk ohälsa att uppnå välbefinnande. Sjuksköterskans egen uppfattning om vuxna individer med ADHD är en avgörande förutsättning för behandling. Efter att ha analyserat tidigare forskning uppkommer en önskan att undersöka och lära sig mer om patientens egen upplevelse av att leva med ADHD och att på så sätt kunna möta patientens behov av omvårdnad på ett djupare plan.



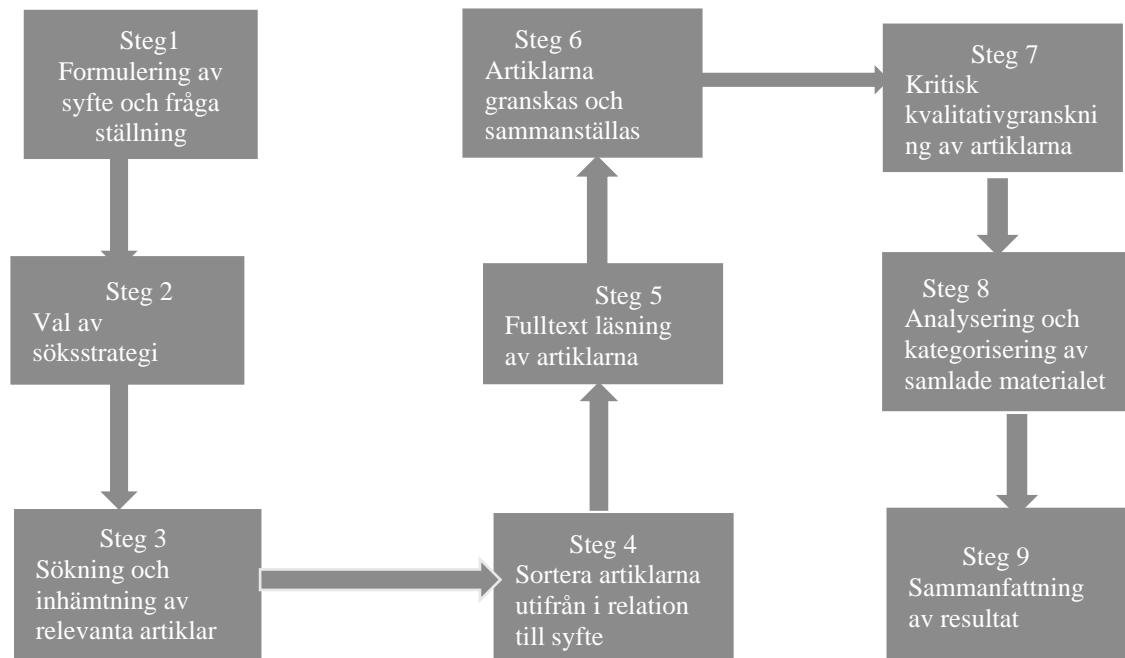
## **2. SYFTE**

Syftet var att undersöka vuxna individers upplevelse av att leva med ADHD.

## 3. METOD

### 3.1 Design

Författarna har valt en strukturerad litteraturoversikt baserad på kvalitativa artiklar med induktiv ansats för att svara på syftet av denna studie. Syftet med denna studie var att undersöka vuxna individers upplevelse av att leva med ADHD. Att utgå från kvalitativa studier ansågs vara relevant för att undersöka olika mänskliga upplevelser. Beck och Polit (2021, s. 55) menar att kvalitativa studier är den lämpliga metoden för att studera människors levda upplevelser. Därför författarna användes kvalitativ design i denna studie. Bettany-Saltikov och McSherry (2016, s. 5) anser att en strukturerad litteraturoversikt är relevant metod att skapa en omfattning av forskningsläget med de data som redan finns för att bedriva evidensbaserad vård. För att förverkliga den planerade strukturerade litteraturoversikten använde författarna den niostegsmodell som beskrivs av Beck & Polit (2021, s. 85) som arbetsmaterial steg för steg.



Figur 1: Fri översättning från engelska till svenska av niostegsmodellen i enlighet med Polit och Beck (2021, s. 85).

Med utgångspunkt i att författarna i denna studie användes niostegsmodellen av Beck och Polit (2021, s. 85) som arbetsmaterial började författarna i denna studie **med steg ett**, att formulera syfte och frågeställning med stöd av tidigare forskning. I denna stege identifierades vilka problem- och kunskapsluckor som finns inom omvårdnaden i ADHD-vården. Utifrån de identifierade problemen och kunskapsluckorna formulerades syftet med hjälp av PEO-T modell. Bettany-Saltikov och McSherry (2016, s. 24) beskriver att PEO-T modell betyder (P) population (E) exposure (O) outcome och (T) type of study. Modellen lämpar sig för kvalitativ forskning. Det underlättar att avgränsa och strukturera upp syfte, vilket gynnar att hitta relevanta sökord (se tabell 1).

Tabell 1: PEO-T-modellen i enlighet med Bettany-Saltikov och McSherry (2016, s. 25)

Population	Exposure	Outcome	Type of study
Vuxna indivi- den med ADHD	Att leva med ADHD	Upplevelse	Kvalitativ design

För att genomföra framgångsrika sökningar i de valda databaserna utvecklades tre grundläggande koncept utifrån syftet. Nyckeltermerna som användes för den första pilotsökningen var "Adult", "Experiences", "Living with ADHD." Författarna formulerade sedan synonymer för de nyckelbegrepp som identifierats från "nyckelorden" baserade på MeSH termer i de sökt databaserna. Flera synonymer formulerades, inspirerade av de huvudformer som förekom i den första pilotsökningen. Synonymerna var "Adults", "attention deficit hyperactivity disorder" och "experience". Litteratursökningen delades upp i två sökningar. En litteraturstudie bygger på en begränsad och specifik forskningsfråga samt på ett systematiskt sökande efter relevant material (Bettany-Saltikov & Mcsherry, 2016). Författarna förlitade sig på PEO-T modellen i enlighet med Bettany-Saltikov och Mcsherry (2016) för att bestämma de nyckelord som användes i sökningarna. I den andra sökningen kombinerades huvudorden med synonymer med AND och OR för att underlätta att sökprocessen omfattade all relevant litteratur (se tabell 2).

Tabell 2: Sök-strategi i enlighet med PEO- modellen av Bettany-Saltikov och Mcsherry (2016, s. 106)

POPULATION	EXPOSURE	OUTCOME
Adult	AND living with ADHD	AND Experience
OR Adults	Or Attention Deficit hyperactivity disorder	

## 3.2 Urval

**Steg två i niostegsmodellen** av Beck och Polit (2021, s. 85) är att välja en sökstrategi, det vill säga att välja vilka inklusionskriterier och exklusionskriterier som ska användas under sökningen innan sökningen påbörjas. Inklusionskriterierna för denna studie var, att vara vetenskapliga artiklar som publicerades mellan åren 2013 och 2023, samtliga artiklarna var peer reviewed med abstrakt samt skrivna på engelska. Inklusionskriterierna var originalartikel - kvalitativa artiklar samt kvalitativa data av artiklar med mixad metod, artiklarna var hög- och medelhög kvalitet efter kvalitetsgranskning och artiklar med Vuxna ADHD (+18 år) upplevelse som är relevanta till syftet. Bettany Saltikov och Mcsherry (2016, s. 87) menar att inklusionskriterier måste vara relevanta för studiens syfte. Exklusionskriterier för denna studie var artiklar som berör barn, anhöriga och vårdpersonals perspektiv samt kvantitativa artiklar. Inklusionskriterier och exklusionskriterier presenteras i tabell 3.

Tabell 3: Inklusion och exklusions kriterier i enlighet med PEO- modellen Bettany-Saltikov och Mcsherry (2016, s.88)

PEO	Inklusionskriterier	Exklusionskriterier
<b>(P) Population</b>	Vuxna individen med ADHD	Anhöriga perspektiv
<b>(E) Exponering</b>	Patientperspektiv	Sjuksköterskans perspektiv

<b>(O) Ufall eller teman</b>	Upplevelse av att leva med ADHD	Barn med ADHD-diagnos
<b>Studier design</b>	Kvalitativa vetenskapliga artiklar Artiklar med mixad metod	Kvantitativa artiklar
<b>Övrigt</b>	Peer-Review Artiklar som publicerade mellan 2013–2023 Engelska artiklar Artiklar med hög-medelhög kvalitet All adult	

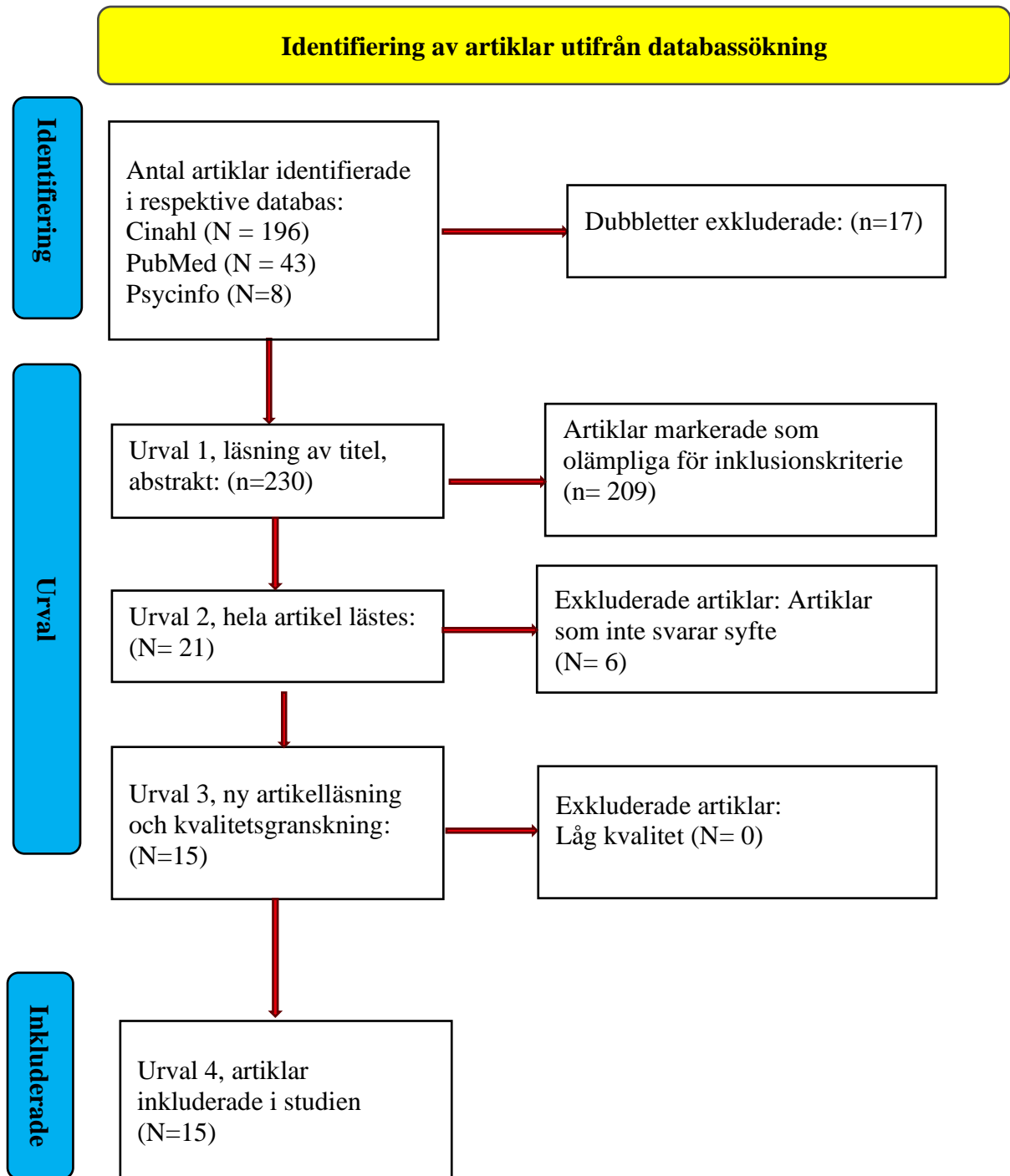
### 3.3 Datainsamling

En litteratursökning genomförts i både i Cinahl, PubMed och Psycinfo med hjälp av strukturerade sökningar med sökord som var specifikt för syftet med studien i enlighet med  **tredje steget i niostegsmodellen** av Beck och Polit (2021, s. 85). PubMed, CINAHL och Psycinfo innehåller omvårdnadsforskningens material (Bettany-Saltikov & Mcsherry, 2016). En preliminär testsökning genomfördes där författarna har använt de relevanta sökord som finns redan på syftet som speglar och begränsar problemområdet. Författarna genomförde en första sökning med nyckelord som tydligt fanns i syftet med studien. I den andra sökningen kombinerades huvudorden med synonymer med AND och OR för att underlätta att sökprocessen omfattade all relevant litteratur. Detaljerad information om sökprocessen och urval kommer presenteras nedan i flödesschema enligt PRISMA.

Författarna i denna studie läst igenom alla titlar för varje sökingsresultat. Sedan samlades de som ansågs relevanta för urvalet. Därefter läste författarna abstracts av de identifierade artiklarna mer noggrant, och de artiklar som ansågs vara relevanta sparades i en speciell mapp i enlighet med  **steg fyra i niostegsmodellen** av Beck och Polit (2021, s. 85).

Författarna till denna studie läst fulltexten i artiklarna noggrant inklusive resultat innehåll, individuellt och sedan tillsammans flera gånger för att få en fördjupad förståelse av innehållet i enlighet med  **steg fem i niostegsmodellen** av Beck och Polit (2021, s. 85).

I enlighet med  **steg sex** i niostegsmodellen av Beck och Polit (2021, s. 85) har författarna till denna studie granskat artiklarna för att bedöma om de uppfyllde kraven enligt inklusionskriterierna och om de var relevanta för studiens syfte. De artiklar som klarade granskningen sparades i en ny mapp. Ingen artikel från Psycinfo upptäcktes, medan 11 artiklar identifierades från CINAHL och 4 artiklar från PubMed för att granskas kvalitetsmässigt i nästa steg. Artiklar som inte besvarade studiens syfte, behandlade barn upplevelser eller hade en kvantitativ design exkluderades. Sammanlagt inkluderades 15 artiklar som författarna i samförstånd ansåg uppfylla studiens kriterier. Sökmatrix presenteras i bilaga A, artikelmatrix presenteras i bilaga B och datainsamlingsprocessens flödesschema enligt PRISMA presenteras nedan i figur 2.



Figur 2: PRISMA Flödesschema enligt Page et al., 2021

### 3.4 Kvalitetsgranskning

Kritisk kvalitetsgranskning genomförts av de identifierades artiklarna i enlighet med **steg sju i niostegsmodellen** av Beck och Polit (2021, s. 85). De identifierades artiklarna har granskats enligt Bettany-Saltikov och McSherry (2016). Artiklarna har klassificerats i enlighet med den granskningsmall som består av 18 frågor med svarsalternativ Nej, delvis och ja. Ett ja ger två poäng, delvis ger ett poäng och nej ger noll poäng. Författarna har graderat artiklarna till hög kvalitet, måttlig kvalitet eller låg kvalitet med tanken att inkludera artiklarna med hög- och måttlig kvalitet i denna studie. Efter kvalitetsgranskning har det fastställts 15 artiklar som är grunden i denna studie. De identifierades artiklarna har granskats där en artikel som har fått 31 och uppåt poäng bedömdes som hög kvalitet, mellan 26–30 poäng räknas som medelhög kvalitet och lägre än 25 är låg kvalitet. Alla artiklarna som granskades fick högkvalitet och inkluderades till grunden för studien.

### 3.5 Dataanalys

Samlades materialet för denna studie för att analyseras och kategoriseras i enlighet med **steg åtta i niostegsmodellen** av Beck och Polit (2021, s. 85). Latent innehållsanalys valdes att tillämpa till denna studie i enlighet med Graneheim och Lundman (2004) analysmetod, baserad på kvalitativa artiklar för att svara på syfte med denna studie. Enligt Graneheim och Lundman (2004) syftar latent innehållsanalysen till att få övergripande förståelse och tolkning av artiklarna genom att använda systematiska och objektiva insikter och underlätta att hitta mönster och teman. Latent innehållsanalys är en analysmetod med fem steg som innebär i den första steg ska identifiera den meningsbärande enheten av i texterna, i den andra steg ska kondensera meningsbärande enheten till korta fraser, i den tredje steg ska koda de olika fraserna, i den fjärde stegen ska kunna identifiera underkategori utifrån koderna och i den femte och sista steget ska identifiera ett centralt fynd som kategori eller tema.

I analysen till denna studie följde författarna de fem stegen av latent innehållsanalys enligt Graneheim och Lundman (2004). I **det första** steget lästes de utvalda artiklarna individuellt i sin helhet flera gånger för att uppnå en helhetsförståelse av innehållet. Därefter lästes endast resultatdelarna av de valda artiklarna, och meningsbärande enheter identifierades och markerades. I **det andra steget** träffades författarna fysiskt för att diskutera om de markerade meningsbärande enheterna var tillräckligt klara och välja ut de enheter som var mest relevanta för att besvara syftet. De valda meningsbärande enheterna kondenserades till korta fraser för att förkorta meningarna utan att förändra deras innebörd. De kondenserade enheterna markerades med olika färger för att skilja dem åt. I **det tredje steget** markerades varje enhet med liknande kondenserade fraser och tilldelades samma kod. I **det fjärde steget** lästes de enheter som hade samma kod, och lämpliga underkategorier identifierades. **Slutligen läste** författarna varje underkategori och sammanfogade liknande underkategorier för att skapa huvudkategorier baserade på de olika underkategorierna. Författarna läste de skapade kategorierna och diskuterade om det fanns brister som behövde åtgärdas innan progress till nästkommande steg i slutet av **steg åtta i niostegsmodellen**. De meningsbärande enheterna, kondenserade enheterna, kodade enheterna, underkategorier och kategorier presenteras i tabell 4.

Tabell 2: Innehållsanalys i enlighet med Graneheim och Lundman (2004)

MENINGSBÄRANDE ENHET	KONDENSERADE	KOD	UNDER KATEGORI	KATEGORI
"Other participants emphasized that they never really understood why they were perceived as different, and this was considered as being a major cause of emotional distress and influencing learning negatively..". (Baric, et al., s,188, 2016)	Att de uppfattades som annorlunda orsak till känslomässig ångest och påverka inläringen negativt.	Lidande	Att uppleva ADHD som lidande	Upplevelse som framkallar negativa känslor
"The sense of acceptance and capability was strongly influenced by either the praise or criticism received by colleagues. Both induce strong emotional reactions with participants referring the experiences as, being like "catnip" ". (Rowe et al., s. 163, 2021)	Svårigheten med att hantera känslorna som relaterat till kritik eller beröm från andra som leder till känslan av maktlöshet	Hinder	Att uppleva ADHD som hinder under utbildningen och arbete	
"Participants reported that the struggle of getting access to services in adulthood exacerbated their feelings of disempowerment, distress and helplessness and led to a downward spiral in functioning...". (Matheson et al., s. 6, 2013)	Kampen för att få tillgång till vården i vuxen ålder förvärrade deras känslor av maktlöshet, nöd och hjälplöshet	Vård brist	Att uppleva ADHD förvärrade besvär när vården bristsar	
"...setting a goal to clean the house made them more engaged in the activity and resulted in feelings that they did not have to be ashamed if a visitor dropped by. When they had reached the goal of a clean home, they experienced feelings of satisfaction." (EK, och Isaksson, s. 285, 2013)	Att sätta upp ett mål gjorde möjligt att engagera i aktiviteten och resultera det till tillfredsställelse känslor.	Lösning	Upplevelse av att övervinna barriär med att leva med ADHD	Upplevelse som framkallar positiva känslor
"Some participants felt that their cognitive abilities and memory were improved while on medication and several thought it improved their ability to focus on tasks". (Matheson et al., s. 8, 2013)	Deltagare upplevde att deras kognitiva förmågor och minne förbättrades under behandling	Välbefinnande	Att uppleva välbefinnande i en välfungerande ADHD-behandling	
"One participant noted the advantages of having an overactive mind, looking to the bright side of being easily distracted". (Watters et al., s. 176, 2018)	Uppskattade fördelarna med att ha ett överaktivt sinne och se till den ljusa sidan av att vara lätt distraherad.	Acceptans	Att uppleva acceptans till ADHD som en del av ens liv	

I enlighet med **Steg nio** i niostegsmodellen av Beck och Polit (2021, s. 85) skrev författarna en sammanfattning av resultaten. Texterna bearbetades noggrant av båda författarna, där författarna studerade texterna individuellt, sedan gemensamt med öppen diskussion och undersöka oklarheter för att ge den sanna tolkningen.

### 3.6 Etiska aspekter

Vetenskapsrådet (2017) beskriver att forskning innebär att det finns en balans mellan forskarens intresse och vad som är tillåtet. Forskningsetik skapade för att skydda människors värde och rättighet samt att förhindra bland annat fabriceringar, förvanskning och plagiat. Vetenskaplig forskningsetik är en uppsättning av allmänna principer och riktlinjer som formar och styr hur vetenskaplig forskning utformas, bedrivs, förvaltas, används och publiceras. Det finns fyra etiska principer som Vetenskapsrådet tar upp i forskningsetik som är samtyckeskrav, informationskrav, sekretess och användningskrav. De fyra etiska principerna från Vetenskapsrådet är nödvändiga för denna forskning för att uppnå största möjliga nytta för individer och samhälle samtidigt som risker och skador minimeras samt att individens rättigheter och värdighet respekteras. Eftersom utgångspunkt för denna strukturerade litteraturöversikt är att tidigare forskning uppfyllde samtyckeskrav, informationskrav, sekretess kraven genom att kontrollera att artiklarna som användes till studiens resultat har ett etikgodkännande. För att förhindra att uppkomsten förvrängs, fabriceras eller plagieras och för att undvika att tillägga egna åsikter i studiens resultat användes korrekt referenshantering.

Studieresultat analyserades noggrant med öppen diskussion utifrån den valda modellen och undersökte oklarheter. Författarna till denna studie gjordes deras yttersta för att minska risken för bias och utvärderades på ett sätt som gör att säkerställa texternas kvalitet, trovärdighet och tillförlitlighet eftersom studien ska vara för samhällets nytta. Tydlighet redovisning av design, sökprocessen, urval, kvalitetsgranskning och analysprocessen, understöder att nå studiens trovärdighet. Rosen (2023) menar att följa tydlig metod processer minskar godtycklighet risk och stärker resultaten trovärdighet.

The European Code of Conduct for Research Integrity (2023) anser att de fyra principerna ska respekteras i forskningen: Tillförlitlighet, ärlighetens, respekt och ansvar. Författaren i denna studie har tagit hänsyn tillförlitlighet principen för att säkerställa forskningens kvalitet genom att beskriva vilken designen användas och följa designen hela vägen under arbete samt analysprocessen genom att arbeta individuellt sedan diskutera tillsammans för att säkerställa tillförligheten. Eftersom författarna har erfarenhet av att arbeta med ADHD patienter diskuterade öppet under arbetet för att minimera risken att förförståelse påverka studiens resultat för att uppnå ärlighetens princip samt presenterad sökprocessen i figur PRISM, artikelmatris och sökmatrix. Även studiens metod är strukturerade litteraturöversikt har författarna tagit hänsyn till respekt principen under datainsamling och i innehållet analysprocessen på ett sådant sätt att individen inte utsätta för kränkning och skador. Författarna har reflekterat över ansvar genom att tänka och reflektera från val av ämne tills resultaten färdigställ om arbetet kommer användas för samhällets nytta. Diskuterade också om det finns omedvetet bakomliggande idé som driver att forska ämnet. Författarna har tagit ansvar att följa skolans och forsknings riktlinje. Kjellström (2023) menar att forskare tar ansvar från idé till publikationen genom att följa forskningsetiska övervägande.



## 4. RESULTAT

Sammantagningsvis har två huvudkategorier identifierats vilka var; kategori 1. *Upplevelse som framkallar negativa känslor* och kategori 2, *Upplevelse som framkallar positiva känslor*. Underkategorier har kunnat identifieras inom respektive huvudkategori. Under upplevelser som framkallar negativa känslor organiserades tre underkategorier: *att uppleva ADHD som lidande, att uppleva ADHD som hinder under utbildningen och arbete och att uppleva ADHD förvärrade besvär när vården brister*. Under upplevelser som framkallar positiva känslor organiserades tre underkategorier: *upplevelse av att övervinna barriär med att leva med ADHD, att uppleva välbefinnande i en väl fungerande ADHD-behandling och att uppleva acceptans till ADHD som en del av ens liv*.

### 4.1 Upplevelse som framkallar negativa känslor

#### 4.1.1 Att uppleva ADHD som lidande

Att leva med ADHD är utmanande och påverkar negativt vuxna individers vardagliga liv och deras välbefinnande (Amy Bonomi et al., 2018; Baric et al., 2016; Goffe et al., 2020; Kronenberg et al., 2014; Lefler et al., 2016; Matheson et al., 2013; Nielsen, 2017; Oskarsson et al., 2022; Rowe et al., 2021 & Watters et al., 2018). Upplevelse av otillräcklighet och att känna sig oönskad på grund av bristfällig hantering av relationer påverkar vuxna individers hälsotillstånd och framkallar negativa känslor. ADHD orsakar de negativa känslorna som leder till att individer upplever att vara annorlunda. Känslan av att vara annorlunda leder till att individerna drar sig tillbaka från sociala sammanhang (Baric et al., 2016; Matheson et al., 2013; Nielsen, 2017 & Rowe et al., 2021).

Vuxna individen med ADHD upplever att den psykosocial börda som konsekvens av ADHD framkallar negativa känslor (Amy Bonomi et al., 2018; Baric et al., 2016; Matheson et al., 2013 & Lefler et al., 2016). Känslan av att vara annorlunda påverkar individens självkänsla negativt som i sin tur leder till depression, känslomässig ångest och oro. Många av deltagarna beskriver att de använder substansmissbruk för att bedöva svårhanterade känslor som kommer av den sociala utmaningen. Majoriteten av vuxna individer upplever en konstant känsla av misslyckande och missad potential inom flera områden i livet (Baric et al., 2016; & Matheson et al., 2013). Vuxna individen med ADHD upplever att de blir undertryckta och utnjuta av omgivning (Amy Bonomi et al., 2018 & Lefler et al., 2016). Vuxna individer med ADHD beskriver att funktionsnedsättningen används som ett vapen av deras partner för att monopolisera till övergrepp. Individer med ADHD upplever att diagnosen framkallar negativa känslor och stigma på grund av att diagnosen används som etikett. Vissa uttrycker att de får kommentar från omgivningen, att det beror på diagnosen i en irrelevant situation (Amy Bonomi et al., 2018 & Lefler et al., 2016).

Vuxna individer med ADHD upplever svårigheten på att upprätthålla struktur och prioritera dagliga aktiviteter (Goffe et al., 2020; Kronenberg et al., 2014; Lefler et al., 2016 & Matheson et al., 2013). Vuxna individer med ADHD upplever att flera aspekter av deras liv påverkas negativt av ADHD direkt. Individer uttrycker sig att de lever en kaotisk rörelse på grund av bristande ordning och organisering. Individerna bekräftar att hemma var det ofta kaotiskt på grund av ständigt kämpande med konstant glömska, prioritera och hantera tid på rätt sätt (Lefler et al., 2016 & Matheson et al., 2013). Vuxna individerna med ADHD upplever svårigheter med att ha en fungerande rutin (Goffe et al., 2020 & Kronenberg et al., 2014). Majoriteten av vuxna individer upplever svårigheten med att laga mat. Denna svårighet kan tillskrivas de kognitiva kraven på att bestämma, vad ska ätas, vad ska köpas och vad ska tillagas. Dessutom kämpar individerna för att hitta tid och mobilisera den energi som krävs för att laga mat (Goffe et al., 2020). Individer upplever att de har insomningsproblem. Den

vanligaste faktorn som hämmar individernas sömn är bland annat att koppla bort från skärmar och organisera en sömnrutin. Konsekvensen av sömnbristen blir individer trötta som påverkar negativt i dagliga aktiviteter (Goffer et al., 2020).

Vuxna individer med ADHD upplever missförstånd i interaktioner med andra människor (Goffer et al., 2020; Kronenberg et al., 2014; Matheson et al., 2013 & Nielsen, 2017). Den känslomässiga effekten av att leva med ADHD för en del hade lett till psykologiskt sammanbrott och självmordstankar eftersom de kände sig oförmögna att hantera bördan av funktionsnedsättningen (Matheson et al., 2013). Individerna bekräftade att det sker frekventa konflikter och relationsbrott i omgivning. Många hade problem med att impulsivt uttrycka sig med olämpliga kommentarer och kände sig ofta feltolkade av andra. Social funktionsnedsättning gjorde att många hade svårt att upprätthålla långvariga vänskapsband (Matheson et al., 2013 & Nielsen, 2017). Upplevelsen av rastlöshet och behovet av att utföra olika rörelser under samtalet kan tolkas fel av den andra i samtalet. Att bedöma tid fel kan skapa konflikt när man försöker hitta överenskommelser och koordinera saker med andra människor (Nielsen, 2017). Individer uppger svårigheter med att hantera den flodvåg av tankar och känslor som de upplever. Svårigheten med att hantera tankar och känslor leder till agitation, vilket kan utlösa ytterligare impulsivitet (Goffer et al., 2020 & Kronenberg et al., 2014). Vissa individer upplever utmaningar att hitta pauser och kan gå över både sina egna och andras gränser. Detta kan leda till allvarliga negativa konsekvenser bland annat som att använda mer beroendeframkallande substanser och upplever fler interpersonella konflikter (Kronenberg et al., 2014).

#### **4.1.2 Att uppleva ADHD som hinder under utbildningen och arbete**

Vuxna individer med ADHD upplever att ha ADHD-diagnos är ett hinder för att klara av utbildningen. Detta framkallar negativa känslor som leder till minskad motivation och dåliga akademiska prestationer (Goffer et al., 2020; Lefler et al., 2016 & Matheson et al., 2013). Vuxna individer med ADHD uttrycker sin upplevelse av att vara överväldigad och tröttheten som de största hindren för att slutföra sina uppgifter. Bristande respons såsom svårigheter att lyssna, skriva och delta aktivt under föreläsningar och oförmågan att få hedervärda resultat i studien hindrade den akademiska prestationsprocessen (Goffer et al., 2020). Känslor av spänning och rädsla dök upp bland deltagarna att de inte skulle få bra resultat som skulle kvalificera dem för akademisk framgång. Individerna beskrev känslor av tristess och bristande fokus, särskilt på eftermiddagen (Goffer et al., 2020 & Matheson et al., 2013). Individer upplever känslor av ointresse, låg aktivitetsnivå i klassen och upptagenhet med andra saker i väntan på att kursen skulle sluta (Goffer et al., 2020). Individerna beskrev att orsaken för misslyckande i utbildningen är resultatet av en sen diagnos, vilket i sin tur skapade känslor av ackumulerat misslyckande och skam inom utbildningsområdet (Matheson et al., 2013).

Vuxna individer upplever svårigheten med att planera och organisera hindrade inför akademiska prestationer på universitetet. Individerna kopplas dessa svårigheter till kronisk glömska och bristande tidshantering i att förstå och skriva uppsatser och avhandlingar (Lefler et al., 2016 & Matheson et al., 2013). Individerna uttrycker svårigheten som upplevdes under studierna, bland annat problem med läsförståelse, vilket orsakade att individer var tvungna att läsa flera gånger utan resultat (Lefler et al., 2016). Individer beskriver att de är lätt disträherade och tvungna att studera längre tid för att kompensera för låga betyg. Individerna uttrycker att låg motivation och bristande prestation resulterade i känslor av utmattning, hjälplöshet, brist på motivation och ointresse (Goffer et al., 2020 & Lefler et al., 2016). Vissa deltagare rapporterade att de använde mer ADHD-medicin än den föreskrivna mängden för att vara uppe hela natten och skriva en forskningsuppsats eller studera inför ett prov (Lefler et al., 2016).

Vuxna individer med ADHD upplever att ha ADHD- diagnos är ett hinder för att klara av arbetet. Detta framkallar negativa känslor som leder till minskad arbetes motivation (Amy Bonomi et al., 2018; Goffer et al., 2020 & Oscarsson et al., 2022). Individerna med ADHD upplever hinder på arbetsplatsen på grund av symtom och bristande förståelse av kollegor. Deltagarna uttryckte känslor av otålighet som vanligen förknippas med ADHD bland annat lätt disträherad, glömska, rastlöshet och impulsivitet (Goffer et al., 2020 & Oscarsson et al., 2022). Vuxna individer med ADHD rapporterade att arbetslivet var svårt och obekvämt på grund av bland annat buller, krav på att komma i tid och utföra många arbetsuppgifter samtidigt. Dessa frustrerande arbetsmiljöer leder till att en del av individer känner sig tömda på energi och lade ner arbetet (Amy Bonomi et al., 2018 & Oscarsson et al., 2022). Många individer känner sig inkompetenta på jobbet på grund av svårigheter med att hinna i tid, perfektionism och koncentration, vilket leder till negativa känslor om sig själva (Nielsen, 2017). Många vuxna individer med ADHD upplever överkänslighet för kritik och misslyckanden på arbetsplatsen, vilket för vissa skapade humörsvängning som negativt påverkade arbetsprestationer och hälsan. Karaktären av professionella relationer har en stark inverkan på medarbetarnas känsla av förtroende och identitet inom arbetslaget. Negativa självutvärderingar bidrog till deras syn på dessa relationer som ledde till ökade känslor av isolering och osynlighet (Goffer et al., 2020 & Oscarsson et al., 2022).

Vuxna individer med ADHD upplever oanpassade arbetsmiljö påverkade negativt både deras arbetes motivation och deras hälsa (Dorot & Schreuer, 2017; Oscarsson et al., 2022 & Rowe et al., 2021). Vuxna individer med ADHD upplever hinder på arbetsplatsen bland annat i form av ilska för starka audiovisuella stimuli som buller, som ett resultat av deras överdrivna känslighet. Individerna uttrycker svårigheter med att reglera sina känslor och reaktioner som oftast leder till konflikter (Dorot & Schreuer, 2017). Vuxna individer med ADHD upplever negativa konsekvenser av ADHD i arbetsliv och negativa effekter på livskvaliteten (Dorot & Schreuer, 2017 & Oscarsson et al., 2022). Individerna upplever ekonomiska problem på grund av förlust av jobb och arbetslöshet orskar psykisk ohälsa. Deltagarna beskriver att deras arbetsliv präglas av ständig oro (Oscarsson et al., 2022). Vissa individer möttes av brist på tillräckliga motivationsfaktorer i sitt arbete, ständiga klagomål och negativa reaktioner från arbetsledare (Dorot & Schreuer, 2017). Individer med ADHD upplever att kollegorna uppfattar de sig som lata, okunniga eller inkompetenta (Oscarsson et al., 2022 & Rowe et al., 2021).

#### **4.1.3 Att uppleva ADHD förvärrade besvär när vården brister**

Individen upplever att vården av ADHD och behandlingen inte fungerar som de hade önskat och i sig leder till mer besvär utöver ADHD diagnosen (Dorot & Schreuer, 2017; Goffer et al., 2020; Lefler et al., 2016 & Matheson et al., 2013). Individer med ADHD upplever att uppsöka sjukhus och gå till psykiatri var de mest allvarliga och oönskade behandlingsformerna. Vissa individer erkänner att både de själva och deras föräldrar hade negativa attityder till psykisk ohälsa och vården. Individer beskriver att få cancer är mer accepterat än att få psykisk ohälsa. Vissa individer erkänner att de trodde att ADHD var ett oregelbundet barndomsbeteende och ADHD ses i ett negativt ljus och stigma kopplat till störningen kan uppstå från karaktärsskildringar i media (Watters et al., 2018). Individerna beskriver att få en diagnos och få tillgång till ADHD-vård ofta var en lång och ansträngande process (Lefler et al., 2016 & Matheson et al., 2013). Vuxna individer med ADHD möter flera hinder för att få vård och det beror på negativa och skeptiska attityder till ADHD av vårdpersonal. Individerna beskriver att kampen för att få tillgång till vård i vuxen ålder förvärrade deras känslor av maktlöshet, nöd och hjälplöshet och ledde till en nedåtgående spiral i funktion (Matheson et al., 2013).

Individen upplever det sorgligt att de inte har haft ADHD- diagnosen tidigare i livet, att de skulle ha sluppit det kaotiska i livet och samtidigt en lättnadskänsla att få en förklaring av de svårigheter de hade haft som barn (Kronenberg et al., 2015; Lefler et al., 2016 & Matheson et al., 2013). Individen upplever svårigheter att kommunicera med läkaren där patienten känner sig underlägsen. Läkarnas kommunikationssätt ansågs otillräckligt för att tillgodose deras behov och resulterade i känslor av övergivenhet i sjukvårdssystemet. Några önskade större delaktighet i beslutsfattandet om behandling och tillgång till ett bredare utbud av ADHD-medicin (Matheson et al., 2013).

Individerna upplever att medicinen för ADHD behandling ger olika biverkningar bland annat känslan av mentalt degenererad, förlorat alla känslor och minska kreativitet (Dorot & Schreuer, 2017; Goffer, et al., 2020 & Lefler et al., 2016). Vissa individer har fått huvudvärk och migrän (Goffer et al., 2020). Vuxna individer med ADHD beskriver att tillgång till receptbelagda mediciner för ADHD var också problematiskt. Vissa individer vittnar om perioder av tid då deras läkare vägrade att skriva ut medicinen åt dem. Patienterna rapporterade att detta ofta berodde på läkare som hade negativa attityder till förskrivning av ADHD-medicin. När medicinering upphör upplevs det som mycket plågsamt som leder till svår känslomässig ångest och försämrad funktion hos individen (Matheson et al., 2013).

Vissa deltagare upplever en ovilja bland vårdpersonal för att hjälpa individerna med anpassning av medicineringstyper eller doser för att hitta optimal behandling och minska biverkning (Dorot & Schreuer, 2017 & Matheson et al., 2013). Majoriteten av deltagarna önskar få mer information och råd för att forma realistiska förväntningar på både kort- och långsiktiga effekter av medicinering. Individen kände att konsultationerna med psykiatriker fokuserade för starkt på inverkan av medicinska behandlingar, snarare än på tillståndet i sig. Därför ansåg en del individer att psykiatriker borde anta ett mer holistiskt förhållningssätt till vården och även fokusera på den psykosociala påverkan av ADHD (Matheson et al., 2013).

## **4.2 Upplevelse som framkallar positiva känslor**

### **4.2.1 Upplevelse av att övervinna barriär med att leva med ADHD**

Individer med ADHD upplever att de övervinner olika barriärer som orsakades av ADHD genom att använda olika strategier, metoder och verktyg för att hantera det vardagliga livet och att det framkallar positiva känslor (Dorot & Schreuer, 2017; EK, & Isaksson, 2013; Goffer et al., 2020; Kronenberg et al., 2014; Kronenberg et al., 2015; Oscarsson et al., 2022 & Watters et al., 2018). Individer med ADHD upplever att det är möjligt att övervinna de barriärer som kan uppstå på jobbet genom att använda olika lösningar bland annat tillvägagångssätt, stimuluskontroll, frekventa pauser och avsiktliga luckor i kalendern. Många individer skaffar framgångsrika förebyggande strategier, inklusive engagemang i motion, friluftsliv och andra värdefulla tidsfördriv (Oscarsson et al., 2022). Individer med ADHD använde att göra listor, påminnelse och klockor för att komma över glömskan, minskar stressupplevelse och underlättar att hinna med de planerade aktiviteterna (Ek & Isaksson, 2013; Kronenberg et al., 2015 & Oscarsson et al., 2022). Vissa individer upplever känsla av att övervinna de barriärer som kan uppstå i att leva med ADHD genom att använda hjälpmedel, bland annat visuella timers och skärmläsare. De flesta deltagare använde dock mobil- och datorapplikationer för att organisera, planera och prioritera sitt arbete, inklusive intelligenta att-göra-listor och påminnelser (Oscarsson et al., 2022). Vissa individer kunde engagera sig i och utföra aktiviteter, genom att underlätta stöd som innefattade anpassningar av aktiviteter eller anpassning av miljön. Stödpersoner är viktiga för individens utveckling av självförtroende. Dessa stöd upplevdes som gynnsamt för välbefinnande och ökad livskvalitet (Ek & Isaksson, 2013). Individer lärde sig att hantera glömska genom att omedelbart skriva, göra saker eller fråga olika personer i stället för samma person

hela tiden för att undvika att bli stämplad som glömsk för att minska upplevelsen av skam (Watters et al., 2018).

Vuxna individer med ADHD upplever att ha struktur och sätta ett mål i vardagliga livet har väckt känslor av välbefinnande och glädje. Att ha mål och struktur underlättar att komma över barriärer som kan uppstå på grund av impulsiviteten och andra svårigheten (EK, & Isaksson, 2013 & Kronenberg et al, 2014). Individer med ADHD upplever energin givande, glädjande och meningsfull när en aktivitet är rolig, krävande och stimulerar prestation och anpassat till något som ger känslor av att vara behövd av andra (Ek & Isaksson, 2013). Vuxna individer med ADHD upplever att ha ett jobb är avgörande för att strukturera deras liv (Dorot & Schreuer, 2017 & Kronenberg et al, 2014). Individer upplever att ha dagliga aktiviteter, ett jobb och familjer hjälper individer att strukturera deras liv och ger det mening. Struktur fick individer att fungera bättre på många områden i livet, dagliga aktiviteter, sociala relationer, ekonomisk, fysisk hälsa och sexualitet (Kronenberg et al, 2014). Vissa individer upplever att det är viktigt med ett jobb med flexibilitet vad gäller tider eller arbetsskift för att det är mer passande att arbeta i. Andra ansåg att det var viktigt att ha ett jobb som kräver växling mellan olika uppgifter och multitasking (Dorot & Schreuer, 2017). Deltagarna beskriver hur de blir inspirerade till engagemang genom att sätta upp mål för aktiviteter som motivation att utföra. När målet uppnås upplevs tillfredsställande (EK & Isaksson, 2013 & Kronenberg et al., 2015).

Vuxna individer med ADHD upplever att komma över de olika utmaningar genom att hitta olika strategi gjorde det möjligt för individer att arbeta konstruktivt med sina utmaningar på jobbet (Baric et al., 2017 & Ek & Isaksson, 2013; Goffer et al., 2020 & Oscarsson et al, 2022). Individer med ADHD brukar komma till rätta med sina brister, ofta genom att få ADHD-utbildning (Oscarsson et al, 2022). Individer beskriver att känslan av samhörighet och engagemang ger kraft och hopp. Att utföra aktiviteter för att hjälpa andra människor i deras sociala nätverk gav deltagarna känslor av lycka och tillfredsställelse (Ek & Isaksson, 2013). Individerna uppskattar att ha jobb och upplever glädje när de hittar ett arbete som passar deras förmågor (Goffer et al., 2020). Individerna bekräftade att deras erfarenhet av att matcha med arbete som passar deras förmåga skapade en känsla av att vilja utveckla praktiska arbetsfärdigheter. De upprepade misslyckandet på jobbet i kombination med beslutsamheten att lyckas skapade en säker miljö där de hade utrymme att misslyckas och lära sig av sina misstag (Baric et al., 2017 & Goffer et al., 2020). Vuxna individerna med ADHD känner sig uppskattade, framgångsrika och tillfredsställda när de upplever tillhörighet med sina kollegor på jobbet. Ju mer acceptans och förståelse det fanns i arbetslaget, desto starkare känsla av säkerhet, ökade förtroende upplevde individerna. Känslan av tillhörighet med kollegorna och att känna sig väl förenlig med jobbet framkallar glädje och trivsel på jobbet (Goffer et al., 2020 & Rowe et al., 2021).

#### **4.2.2 Att uppleva välbefinnande i en välfungerande ADHD-behandling**

Vuxna individer med ADHD upplever att ADHD medicin är avgörande för att deras liv ska fungera som helhet. Vissa deltagare anser att medicinen har gett möjligheten till ett normalt liv (Dorot & Schreuer, 2017; Goffer et al., 2020; Lefler et al., 2016; Nielsen, 2017; Matheson et al., 2013 & Rowe et al., 2021). Majoriteten av individer upplever att ADHD läkemedelsbehandlingen ger bra effekt på uppmärksamhet. Det minskade distraktion på effekterna av buller och gjorde det möjligt för individerna att lyckas i studier och arbete. Vuxna Individer med ADHD upplever att de har mer förståelse, känner sig lugnare, är väldigt fokuserade på uppgifterna och även i samtal med andra (Dorot & Schreuer, 2017 & Goffer et al., 2020). Vuxna individer med ADHD uppger att medicinen var den första faktorn som hjälpte deltagarna att hantera sina svårigheter att studera. De beskrev att de använde läkemedel för att koncentrera sig i klassen, för att göra sina läxor och för att lämna in sina uppgifter i tid. Vissa uttrycker att ADHD kommer påverka hela livet och anser därmed att det är viktigt

för dem att hitta rätt medicin för att ha en vall fungerande liv (Goffer et al., 2020). Vuxna individer med ADHD uppger att de har provat många olika farmakologiska behandlingar tills de hittat rätt medicin. Att kunna förhandla fram en lämplig behandling med sin läkare bidrog till att säkerställa maximal nytta för att hantera livet som avgörande faktor (Rowe et al., 2021). Majoriteten av deltagarna som tog medicin, upplever att medicinen ger positiva effekter på koncentrationen, hantera tankar, förbättrade fokus, förbättrad självkänsla, minskade ångestnivåer, avslappning och upplevelse av en må bra känsla (Goffer et al., 2020 & Rowe et al., 2021).

Individerna upplever att största fördelen med ADHD-medicin är att kaoset minskar (Matheson et al., 2013 & Nielsen, 2017). Individerna uppger att sedan de började ta sin medicin blev det väldigt tydligt att de känner sig bättre att återberätta och tala inför andra och tolka saker och ting (Lefler et al., 2016; Matheson et al., 2013 & Nielsen, 2017). Rastlöshet och behovet av att släppa ut energin hos individer med ADHD hanteras endast med rörelse eller medicin. Vissa individer förklarar hur medicinen förändrade deras tempo i kroppen som upplevdes avslappnande. Individerna uttrycker sig att rastlösheten kunde vara riktigt kortsyn. ADHD medicinen ger ett slags allmänt lugn i kroppen och att hitta ett normalt tempo (Nielsen, 2017). Alla deltagare som diskuterade fördelarna med farmakologisk behandling anser att medicinering minskade påverkan av ADHD bland annat, desorganisation och uppskjutande. Vissa deltagare upplevde att deras kognitiva förmågor och minne förbättrades. Vissa individer anser att medicinering möjliggjorde att sociala relationer förbättrades, att minska känslomässiga störningar och individerna känner mer kontroll över ilska eller rastlöshet och hyperaktivitet (Matheson et al., 2013). Individerna med ADHD uppger att medicin har förändrat deras livssituation till det positiva (Lefler et al., 2016 & Nielsen, 2017).

Individer med ADHD upplever psykosociala och farmakologiska behandlingar lika värde. Individerna med erfarenhet av båda behandlingsformerna upplever att medicinering vid sidan av ytterligare psykosocialt stöd var särskilt effektivt (Matheson et al., 2013). Kognitiv beteendeterapibehandling, rådgivning eller livscoaching upplevs vara fördelaktig, särskilt för att hjälpa individerna att lära sig praktiska copingstrategier och hantera den psykosociala bördan. Det sociala elementet i grupperapi eller stöd värderades högt, vilket gjorde det möjligt för individen att lära sig hur de hanterar ADHD (Lefler et al., 2016 & Matheson et al., 2013).

#### **4.2.3 Att uppleva acceptans till ADHD som en del av ens liv**

Vuxna individer med ADHD rapporterade att de upplever vissa drag av ADHD som gynnsamt bland annat hyperaktivitet och impulsivitet (Dorot & Schreuer, 2017; Nordby et al., 2023 & Watters et al., 2018). Vissa deltagare upplever att de känner höga nivåer av energi. Motivation, energi och kreativitet kan vara till nytta i många sammanhang och i vissa situationer som fysiskt arbete, sport, sociala evenemang eller renovering av hemmet. För vissa individer är fördelarna med ADHD förmågan att utföra många uppgifter och aktiviteter på kort tid (Nordby et al., 2023). Individerna beskriver att spontanitet till följd av impulsivitet är en positiv aspekt förknippad med ADHD, eftersom det leder till att individerna kan skapa många underbara upplevelser, bland annat upplevelser av att skapa vänskaps- och romantiska relationer och unika möjligheter att göra gott och hjälpa andra (Nordby et al., 2023 & Watters et al., 2018). Kreativitet och att ha nya ideer dök upp bland några deltagare. Individerna uttrycker att upplevelsen av kreativitet skapas genom hyperaktivitet och att ha en unik syn på saker och ting ur ett annat perspektiv och skapa skicklighet i att hitta lösningar (Dorot & Schreuer, 2017 & Nordby et al., 2023).

Individerna beskriver sina positiva upplevelser av att leva med ADHD. Kreativitet hjälper individerna att starta nya projekt, att hitta bra lösningar och passion, vilket gjorde vardagen mer spännande och

upplevelserna har dykt upp som en av den positiva delen av ADHD (Dorot & Schreuer, 2017; Nordby et al., 2023 & Watters et al., 2018). Individer uttrycker att de upplever äventyr och sökande efter nya saker som positiva aspekter av ADHD, vilket skapar en känsla av att njuta av livet. Deltagarna beskriver att entusiasm skapar en känsla av kärlek till utforskande, vilket utökade cirkeln av att skaffa kunskap och skapa känslor av mod och bryter på rädsla hos andra. Vuxna individer med ADHD rapporterar känslor av förståelse och acceptans för sin ADHD (Dorot & Schreuer, 2017 & Nordby et al., 2023 & Nordby). Deltagarna uttrycker uppkomsten av känslor av styrka och att övervinna utmaningar, vilket stärker självförtroendet. Individerna upplever att livet med ADHD skapar en känsla av medkänsla och acceptans för andra med samma funktionsnedsättning. Vissa individer uttrycker att de jobbar med människor med samma diagnos vilket underlättar att förstå varandra, kommunicera på ett bättre sätt och hjälpa sina elever eller patienter (Nordby et al., 2023).

## 5. DISKUSSION

### 5.1 Metoddiskussion

För att undersöka vuxnas upplevelser av att leva med ADHD användes en kvalitativ metod med en induktiv design som var passande och relevant för studiens syfte. Enligt Korhonen et al. (2013) är en kvalitativ litteraturoversikt en evidensbaserad forskningsmetod som lyfter fram patientens perspektiv på omvårdnad. Beck och Polit (2021) understryker att kvalitativa studier syftar till att skapa en djupare förståelse för individens livsupplevelser. Mot denna bakgrund ansåg författarna till denna studie att en kvalitativ metod var mest lämplig för att utforska vuxnas unika upplevelser av att leva med ADHD och möjliggöra en grundlig undersökning. Kristensson (2014) poängterar att det kvalitativa tillvägagångssättet fokuserar på individens unika upplevelser för att uppnå djup i omvårdnadsforskningen. Därmed valde författarna att avstå från att använda den kvantitativa metoden av två skäl. För det första var studiens syfte att utforska vuxnas unika upplevelser, vilket passade bättre med en kvalitativ metod. För det andra tenderar kvantitativ forskning att fokusera på större urval och användningen av mätverktyg, vilket ansågs vara en svaghet i analysen av den kvantitativa metoden för denna studie. Därför valdes den kvalitativa designen för att uppfylla studiens syfte. Det är dock värt att notera att kvalitativa metoder har sina begränsningar eftersom de inte är generaliserbara för hela befolkningen.

För att minska godtyckliga och förstärka tillförlitligheten av resultaten i denna forskning användes Beck och Polit modellen, som bygger på nio steg. Enligt Beck och Polit (2021) bygger en litteraturstudie på en systematisk forskning baserad på att tillhandahålla data relevant för målet som granskas och sammanställs. Av denna anledning valdes Beck och Polit -nio steg modellen i litteraturstudien som ett enkelt sätt att upprätthålla en bra metod och känna till befintliga kunskapsluckor. I denna studie åtog sig författarna att anta Beck och Polit tillvägagångssättet som en arbetsguide, vilket gav författarna en bredare förståelse genom sekvensen av nio steg. Granheim och Lundman (2017) skrev att inkludering av begreppen validitet och reliabilitet vilket ökar validiteten av studieresultat inom kvalitativ innehållsanalys. Beck och Polit (2021, s. 569) belyser att tillförlitlighet, stabilitet, objektivitet, autenticitet och överförbarhet är de kriterier som förstärka en kvalitativ studie trovärdighet.

För denna litteraturgenomgång Inklusionskriterier var inklusive pree- reviewed artiklar, vilket stärker studiens tillförlitlighet och reliabilitet. När det gäller artiklar med en ungdom i titeln bekräftades att dessa artiklar uppfyllde inklusionskriterierna, eftersom ungdomar var 18 år. Dessutom ingick artiklarna från 2013 till 2023 i syfte att använda senaste forskning, vilket stärker tillförlitlighet. Artiklar som används till resultaten är mindre än elva år gamla. Enligt SBU (2020) är det att föredra att inkludera processer med de senaste möjliga resultaten utan att riskera att förlora relevant litteratur. Författarna i denna studie gick med på att inkludera alla artiklar på engelska, oavsett i vilket land studien genomfördes vilket författarna ansågs som svaghet eftersom det kan finnas bra forskning på andra språk också. I denna studie inkluderades Inklusionskriterier i sökprocessen, vilket ledde till screening och inkludering av artiklar som matchade syftet. Det blev tydligt underprocessen att vissa artiklar förekom med ungdomar i rubriken, eller artiklar med diagnosen ADHD tillsammans med andra diagnoser. De artiklarna med ADHD tillsammans med andra diagnoser hanterades genom att använda den delen av om ADHD. Dessutom dök det upp kvantitativa och kvalitativa artiklar. När det gäller artiklarna med mixed methods bestämdes att analysera och använda bara den kvalitativa delen. Henricson (2023) menar att urvalsprocessens inklusiv inklusion och exklusionskriterier ökar studiens trovärdighet och minskar risken för godtycklighet.



Det visade sig också i processen med att söka i CINAHL, PubMed och Psycinfo dök liknande artiklar upp. Författarna i denna studie bestämde sig för att avstå från Psykinfos sökresultat eftersom artiklarna som dök upp i Psycinfo valdes redan från CINAHL. Att sökningen genomförd i olika databaser underlättade att få många relevanta artiklar vilket kan stärkas studiens reliabilitet. Henricson (2023) bekräftar att söka på olika databaser ökar resultatens sensitivitet och trovärdighet och minskar risken för godtycklighet

De 15 artiklarna som är grunden till den studien har kvalitativ granskade enligt Bettany-Saltikov & McSherry (2016). Alla artiklarna som granskades fick högkvalitet vilket stärker studiens tillfällighet och trovärdighet. Resultaten baseras på femton artiklar som besvarar studiens syfte. Av dessa var 14 artiklar kvalitativa studier och 1 artikel använde en mixad metod. Artiklarna som inkluderades i litteraturöversikten genomfördes i följande länder: Sverige 4, USA 2, Israel 2, England 1, Netherland 1 och UK 1, Norge 1, Danmark 1 och Irland 1. Fyra av de 15 artiklarna som ingick i denna studie är från Sverige vilket sågs som en styrka studiens validitet. Vad gäller artiklarna som var från olika länder så anses de vara en styrka eftersom de kan stärka trovärdigheten och giltigheten studien samtidigt kan det vara svaghet eftersom det kan finnas skillnader i levande och vårdstandarder vilket kan minska validiteten. Henricson (2023) uppmärksammar att resultat som bygger på artiklar från många olika länder kan vara en svaghet för att det kan finnas variationer i lagar och omständigheter i arbetsförhållande.

Författarna i denna studie valdes latent innehållsanalys att tillämpa till denna studie i enlighet med Graneheim och Lundman (2004) analysmetod. Enligt Graneheim och Lundman (2004) syftar latent innehållsanalysen till att få övergripande förståelse och tolkning av artiklarna genom att använda systematiska och objektiva insikter och underlätta att hitta mönster och teman. Författarna har varit försiktig och såg till att beskrivningen i dataanalysen är korrekt och att tolkningarna är trovärdiga, vilket verkar för att höja trovärdigheten och tillförlitligheten av studieresultatet. Under analysprocessen säkerställde författarna i denna studie att kodningen och tolkningen överensstämmer med innehållet i texten och var relevant för studiens syfte. För att hindra förekomsten av att ligga till sina egna åsikter och tolkningar används denna analysprocess. Författarna har tagit hänsyn till deras egen förförståelse inte på verkas betydelse av resultatet. Det genomfördes genom att läsa artiklarna individuellt och markerades med olika färger de meningsbärande enheterna sedan diskuterades tillsammans och analyserades om deras innehållsanalys påverkats av förförståelse. Henricsson (2023) lyfter fram att pålitlighet och reliabilitet i litteraturstudier uppnås bland annat genom att reflektera över förförståelsen.

## 5.2 Resultatdiskussion

Under resultaten identifierades två huvudkategorier: Upplevelse som framkallar negativa känslor och Upplevelse som framkallar positiva känslor. Dessa fynd diskuterades mot andra studier, sjuksköterskans roll, personcentrerad vård och Katie Erikssons omvårdnadsteorier. I fynden upplevelser som framkallar negativa känslor diskuterades underkategori att uppleva ADHD som lidande och att uppleva ADHD förvärrade besvär när vården brister. I underkategori att uppleva ADHD som lidande beskrivs hur att leva med ADHD påverkar livet negativt och orsakar lidande. Otillräcklig och oönskat känslan på grund av bristande hantering av ADHD framkallar negativa känslor och kan leda till psykisk ohälsa. Vilket Weibel et al. (2020) bekräftade i sin tidigare forskning, att majoriteten av vuxna som har ADHD-diagnos har minst en samsjuklighet med psykisk ohälsa. Bergbom et al. (2022, 1a) beskriver i omvårdnads teorin om lidandet, att lidande är en del av livet. Varje lidande är unikt eftersom människor uttrycker sitt lidande på många olika sätt, men lidande i sitt koncept saknar ofta ett språk

för att uttrycka vad en person verkligen lever eller upplever. För vissa kan lidande betyda en förlust av livsenergi, och det kan innebära att en person är fylld av depression eller fysisk och psykisk smärta.

Underkategori att uppleva ADHD förvärrade besvär när vården brister beskrivs att vuxna individer som lever med ADHD lider av ADHD-komplikationer och vårdbrist som förvarade deras ohälsa. Young et al. (2021) anser också att bristen på kunskap om ADHD vård lett till behandlingen och omvårdnad är otillräcklig. Vilket Al-Ahmari et al. (2017) bekräftade att det finns en kunskapslucka hos vårdpersonal om ADHD. Vidare beskrivs i resultaten att ADHD-behandling och omvårdnad inte fungerar som önskat i sig leder till förvärrande av diagnosen. Att få tillgång till ADHD-behandling och omvårdnad var en lång och ansträngande process med flera hinder på vägen. Kampen för att få tillgång till vård förvärrade deras känslor av maktlöshet, nöd och hjälplöshet och ledde till en nedåtgående spiral i funktion. Ginapp, et al. (2022) bekräftar att vuxna individer med ADHD uppger att de måste kämpa för att få en diagnos och behandling på grund av stigma från vårdpersonalen om ADHD hos vuxna. Individer ofta upplever att de inte få adekvat rådgivning eller uppföljning vilket är motsägelse på Patientlag (2014). Patient lagen syftar till att inom vården ska stärka och tydliggöra patientens ställning samt till att främja patientens integritet, självbestämmande och delaktighet (Patientlag (2014). Trots att individer med ADHD lider av alla dessa ovan beskrivna symtom uppmärksammade, French et al. (2020) att vårdpersonalen beskriver att vissa av deras kollegor uttrycker att ADHD är påhittat eller som konsekvens av brist på uppfostran. Bergbom et al. (2022, 1b) beskriver i omvårdnads teorin om lidande att den vårdande etiken i välgörenhets vård är att se varje unik person som en hemlig text som måste läras, läsas och tolkas, för att ge lämplig vård.

Även syfte med vården är att behandla patienten, uppmärksammade både under resultaten och under tidigare forskning av French et al. (2020) att vården orsakar till vårdlidande. Eriksson (2015, s. 77) menar att vårdlidande är det lidande en människa kan drabbas av på grund av bristande vård eller att vården i sig kan bli en orsak till lidande. I resultaten uppmärksammades att konsultationerna med psykiatrivården fokuserade för starkt på inverkan av medicinbehandlingar, snarare än på tillståndet i sig. Psykiatriker borde anta ett mer holistiskt förhållningssätt till vården och även fokusera på den psykosociala påverkan av ADHD. Hansson et al. (2015) uppmärksammade att vuxna individer med ADHD upplever att de lämnas utan uppföljning, hjälp och behandling efter de har fått diagnosen. Individernas förhoppningar om att erbjudas professionell information, råd, verktyg, hjälpmedel, medicinering eller samtalsterapi uppfylldes inte. Individerna upplever att mötas av okunskap från vården. Vilket Weibel et al. (2020) lyfte fram att behandling och omvårdnad för vuxna med ADHD ska syfta till att minska funktionsnedsättning och störning genom att erbjuda psykoedukation, kognitiv beteendeterapi, farmakologisk behandling och praktiska anpassade åtgärder i skolan och arbetsplatsen. Earle et al. (2011) och Leahy (2018) anser att sjuksköterskan har en viktig roll gentemot vuxna ADHD-patienter som i uppföljning centralstumlärande medicin, att utbilda patienten, rådgivning, och bjuda familj terapi.

Under resultaten tydliggörs befintliga lidande hos vuxna individer med ADHD. Enligt European Commission (2020) och Socialstyrelsen (2019) är ADHD vanligt förekommande bland vuxna. Weibel et al. (2020) och Internationellt Konsensusuttalande från World Federation of ADHD (2022) påpekade också att det kräver mer kunskap och medvetande hos vårdpersonalen om att vårda vuxna individer med ADHD. Enligt Psykiatriska riksförening för sjuksköterskor (2014) ska en legitimerad specialistsjuksköterska med psykiatriinriktning ha bland annat kunskap om normal eller avvikande psykiska utvecklingen genom hela livet, kunna identifiera, differentiera och handlägga såväl lindriga som komplicerat tillstånd av samsjuklighet. Austin och Creamer (2017) beskriver att legitimerad sjuksköterska har mycket att bidra med för att hjälpa individen med psykisk ohälsa att nå sin hälsa.

I fynden upplevelser som framkallar positiva känslor diskuterades underkategorier upplevelse av att övervinna barriär med att leva med ADHD och att uppleva välbefinnande i en väl fungerande ADHD-behandling. I resultaten uppmärksammade vikten av att ha en fungerande ADHD behandling eftersom ADHD kommer påverka hela livet och anser därmed att det är viktigt för vuxna individer med ADHD att hitta rätt behandling och omvårdnad för att underlätta livet. Individen som har provat många olika farmakologiska behandlingar tills de hittat rätt, belyser vikten av att kunna diskutera fram en lämplig behandling. Enligt Globala målen (2015) är den tredje målen handlar om att alla människor ska ha möjlighet till god hälsa och välbefinnande. I Sverige har vi en hög medellivslängd, god självskattad hälsa och god tillgång till hälso- och sjukvård i jämförelse med många andra länder. Samtidigt finns det hälsoskillnader mellan olika grupper i samhället. Ekman och Norberg (2021) menar att personcentrerad vård ger möjlighet att förstå människans lidande och behov genom att ha patienten i centrum. Personcentrerad vård strävar efter att uppnå hälsa och öka välbefinnandet genom sjuksköterskans professionella arbete inom området hälsoprevention och rehabilitering. Svensk sjuksköterskeförening (2017) anser att samverkan i team är en av legitimerade sjuksköterskans kärnkompetens. Samverkan i team innebär att komplettera varandras kompetenser vilket kan innefatta såväl olika yrkesgrupper som patienter och närstående.

I resultaten lyfts det fram att psykosociala och farmakologiska behandlingar beskrivs som lika värdefulla. Samtal, rådgivning eller livscoaching upplevs vara fördelaktiga, att hantera den psykosociala bördan. Adamou och Jones (2020) uppmärksammar att vuxna individer med ADHD hade bra uppfattning om vilka insatser de trodde skulle vara mest användbara. Individen har en positiv inställning till medicinering och betraktar medicinbehandling som primära. De beskrivna effekterna är oftare för symtomminskning. Vuxna med ADHD uppger att problemlösningsinsatser som riktade sig till praktiska vardagsfrågor, engagemang av personer med ADHD som en del av vården för att fungera som förebilder och psykologiska behandling. Enligt Hälso- och sjukvårdsplan, (2017) ska vården syfta till att erbjuda en god hälsa och en vård på lika villkor för hela befolkningen. Vården ska ges med respekt för alla människors lika värde och för den enskilda människans värdighet.

I underkategorin upplevelse av att övervinna barriär med att leva med ADHD framkommer användningen av olika strategi, metod och verktyg bland annat att göra listor, påminnelse, visuella timers, skärmläsare, mobil- och datorapplikationer beskrivs som avgörande för att organisera, planera och prioritera sitt arbete, vilket Canela, (2013) bekräftade att vuxna individer med ADHD använder checklistor och elektroniska enheter för att planera eller påminna om uppgifter och möten. Flera deltagare hanterade uppmärksamhetsproblem och rastlöshet genom att byta uppgifter. De hävdade att detta hjälpte dem att behålla uppmärksamhet och produktivitet. Noggrann planering med hänsyn till varje eventualitet bidrog också till att minska obehag och dysfunktionella impulsiva reaktioner. Ginapp, et al. (2022) rapporterade att vuxna med ADHD upplever att kompensera olika strategier som att skapa schema för sömn, äta, arbeta och koppla av ökar struktur i deras dagliga liv. Utifrån att sjuksköterska är samverkansansvarig i omvårdnad kan denna kunskap användas både att ge råd och tips till patienten samt hänvisa patienten till rätt yrkeskategorier, till exempel arbetsterapi. Young (2020) anser att icke farmakologiska insatser och att utbilda vårdpersonal, bra kommunikation och kontakt mellan utbildningsinsatser, karriärrådgivning och yrkesutbildning är viktigt för att bemöta vårdbehovet hos vuxna med ADHD. Janglund och Muntlin (2020) lyfter fram att personcentrerad vård är ett förhållningssätt där individen ses som en fri och värdig person i en organiserad vårdplan och partnerskap mellan sjuksköterska, vårdteamet och patienten med målet att synliggöra hela människan för att utforma en individanpassad hälsoplan.

## 6. SLUTSATSER

Sammanfattningsvis visade resultaten att ADHD orsakar sjukdomslidande som relaterad till symtomen, livslidande på grund av misslyckandet i relation, utbildning och professionellt yrke och vårdlidande på grund av väntetiden att få behandling och omvårdnad, bristande vägledning och stigma. Dessa lidanden kan minimeras genom att få rätt behandling i god tid, genom att få verktyg att övervinna dessa barriärer och genom att acceptera sjukdomen och se fördelarna med diagnosen. Dessa vetenskapen kommer att väcka medvetande hos vårdpersonalen, bland sjuksköterskor och andra specialiteter genom att lyfta fram både negativa och positiva upplevelser. Att känna till de olika negativa upplevelser som kan orsaka lidande i sig kan vara ett sätt att förbättra omvårdnad och behandlingsprocessen och öka välbefinnandet genom att möta denna grupps individuella behov. Att känna till positiva upplevelser kan skapa alternativa eller kompletterande sätt att tänka till i omvårdnad och behandlingsprocessen.

### 6.1 Kliniska implikationer

ADHD-diagnos hos vuxen är en ganska ny diagnos, vilket gör att det behövs mer kunskap om ämnet inom omvårdnad. Specialistsjuksköterska ansvarar för att arbeta evidensbaserat och skaffa nya kunskap om omvårdnad samt att förmedla ny omvårdnadsforskning i vårdteamet. Resultatet av denna forskning kommer att ge vårdpersonal ett nytt perspektiv i denna omvårdnad. Det kommer också gynna andra yrkeskategorier som personalen- i vuxenskolan eller universitetet, arbetsförmedlingen och Försäkringskassan med mera som möter vuxna Individerna med ADHD-diagnos samt att kunna användas till vidare forskningens syfte. Utifrån slutsatsen uppmärksammades författarna till denna studiebehovet av vidare forskning om hur individen övervinner den barriär som den möter i vardagen, för att använda dessa verktyg/metoder i rådgivning, lyfta fram dessa individer och minska stigma. Att fokusera på de positiva aspekterna av att leva med ADHD kan också bidra till att stödja en syn som är mer inriktad på att lindra dessa lidanden.

Det förekommer i tidigare forskning och i resultaten av denna studie att det finns kunskapsluckor hos vårdpersonalen i vårdandet av ADHD, anser författarna till denna studie att det är av stor vikt att forska vidare om vad som är bra behandling för ADHD utifrån patientperspektiv. Eftersom det inte räcker att vårdpersonalen upplever att de ger bra vår utan patienten ska uppfattas att de får bra vård.

## 7. REFERENSER

Resultats referens markerades med \*

- Adamou, M & Jones, S. (2020). Quality of Life in Adult ADHD: A Grounded Theory Approach. *Scientific Research Publishing*, 11, 1794-1812. DOI: 10.4236/psych.2020.1111113
- \*Ahlström, B & Wentz, E. (2014). Difficulties in everyday life: Young persons with attention-deficit/hyperactivity disorder and autism spectrum disorders perspectives. A chat-log analysis. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 9 (23376), 1748-2631. Doi: 10.3402/qhw.v9.23376
- American Psychiatric Association (2015). MINI-D 5. Diagnostiska kriterier enligt DSM-5.
- Al-Ahmari, A, Bharti, R, Al-Shahrani, M, Alharthi, M, Alqarni, H & Alshehri, H (2017). Knowledge, attitude, and performance of primary healthcare physicians in Aseer Region, Saudi Arabia about attention deficit hyperactivity disorder. *Journal of Family and Community Medicine*, 25 (3), 194-198. Doi: 10.4103/jfcm.JFCM\_120\_17
- \*Amy Bonomi, A, Nichols, E, Kammes, R & Green, T. (2018). Sexual Violence and Intimate Partner Violence in College Women with a Mental Health and/or Behavior Disability. *Journal of women's health*, 27 (3), 356-368. Doi: 10.1089/jwh.2016.6279
- Arborelius, L. (2016). *Neurofarmakologi: för psykologer, psykoterapeuter och beteendevetare*. Stockholm: Natur & kultur.
- \*Baric, V, Hemmingsson, H, Hellberg, K & Kjellberg, A. (2017). The Occupational Transition Process to Upper Secondary School, Further Education and/or Work in Sweden: As Described by Young Adults with Asperger Syndrome and Attention Deficit Hyperactivity Disorder. *Springer*, 47, 667–679. Doi 10.1007/s10803-016-2986-z
- \*Baric, V, Hellberg, K, Kjellberg, A & Hemmingsson, H. (2016). Support for learning goes beyond academic support: Voices of students with Asperger's disorder and attention deficit hyperactivity disorder. *Sage*, 20(2) 183–19. Doi: 10.1177/1362361315574582
- Bejerot, S. (2016). Autismspektrum och ADHD hos vuxna. J. Herlofson, L. Ekselius, A. Lundin, B. Mårtensson, & M. Åsberg (red.), *Psykiatri*. Studentlitteratur.
- Bergbom, I, Nåden, D & Nyström, L. (2022, 1a) Katie Eriksson's caring theories. Part 1. The caritative caring theory, the multidimensional health theory and the theory of human suffering. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 36 (3), 782-790. Doi: 10.1111/scs.13036
- Bergbom, I, Nyström, L. & Nåden D. (2022, 1b). Katie Erikson's caring theories. Part 2. The theory of caritative caring ethics and the theory of evidence. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 36 (4), 1251-1258. Doi.org/10.1111/scs.13098
- Bettany-Saltikov, J. & McSherry, R. (2016). *How to do a systematic literature review in nursing*. A step- by- step- guide. Open University Press, McGraw-Hill Education.
- Chubarev, V, Nazarova, V, Schiöth, H, Sokolov, A. & Tarasov, V. (2022). Treatment of ADHD: Drugs, psychological therapies, devices, complementary and alternative methods as well as the trends in clinical trials. *Department of*

- Surgical Sciences, Functional Pharmacology and Neuroscience*, (13) 1-19.  
Doi: 10.3389/fphar.2022.1066988
- Canela, C. Buadze, A. Dube, A. Dominique, E. & Liebrez, M. (2017). Skills and compensation strategies in adult ADHD – A qualitative study. *PLOS ONE*, 12 (9), 1-16. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0184964>
- Creamer, A-M & Austin, W. (2017). Canadian Nurse Practitioner Core Competencies Identified: An Opportunity to Build Mental health and Illness Skills and Knowledge. *The Journal for Nurs Practitioners*, 13 (5), 231- 236. <https://doi.org/10.1016/j.nurpra.2016.12.017>
- Earl, E. A. Taylor, J. Peet, M. & Grant, G. (2011). Nurse prescribing in specialist mental health (Part 1): the views and experiences of practising and nonpractising nurse prescribers and service users. *Journal of Psychiatric and Mental Health Nursing* 18(189-197), Artikel. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2850.2010.01672.x>
- \*EK, A & Isaksson, G. (2013). How adults with ADHD get engaged in and perform everyday activities. *Scandinavian Journal of Occupational Therapy*, 20, 282–291. Dio:10.3109/11038128.2013.799226
- Ekman. I & Norberg. A (2021). *Personcentrerad vård*. A.K. Edberg, A. Ehrenberg, H. Wijk, & J. Öhlen (Red). Omvårdnad på avancerad nivå: kärnkompetenser inom sjuksköterskans specialområden (2:a uppl). Lund: Studentlitteratur AB
- Eriksson, K. (2015). *Den lidande människan* (1 upp.). Liber.
- European Commission (2020). Management of chronic cardiometabolic disease and treatment discontinuity in adult ADHD patients. Hämtad 12 februari 2024 från <https://cordis.europa.eu/project/id/965381>
- French, B. Perez V, E, Syal, K. & Daley, D. (2020). Awareness of ADHD in primary care: stakeholder perspectives. *BMC FAM PRACT*, 21 (1), 1-13. <https://doi.org/10.1186/s12875-020-01112-1>
- Ginapp, C.M., Macdonald, G., Gustavo, A., Krysten, B. & Potenza, M, N. (2022). The lived experiences of adults with attention-deficit/hyperactivity disorder: A rapid review of qualitative evidence. *Front Psychiatry*, 13 (2022) 01–14. <https://doi.org/10.3389/fpsyt.2022.949321>
- Globala målen (2015). Mål 3: God hälsa och Vällbefinnande. Hämtad den 31 maj 2024 från: <https://fn.se/wp-content/uploads/2023/02/Ma%CC%8A1-3-God-ha%CC%88lsa-och-va%CC%88lbefinnande.pdf>
- \*Goffer, A. Cohen, M & Maeir, A. (2020). Occupational experiences of college students with ADHD: A qualitative study. *Scandinavian journal of occupational therapy*, 29 (5) 403-414. <https://doi.org/10.1080/11038128.2020.1856182>
- Globala målen (2015). Mål 3: God hälsa och fällbifinndet. Hämtad den 31 maj 2024 från: <https://fn.se/wp-content/uploads/2023/02/Ma%CC%8A1-3-God-ha%CC%88lsa-och-va%CC%88lbefinnande.pdf>
- Graneheim, U-H. & Lundman, B. (2004). Qualitative content analysis in nursing research: Concept i procedures and measures to achieve trustworthiness. *Nurse Education Today*, 24 (4), 105-112. <https://doi.org/10.1016/j.nedt.2003.10.001>
- Hansson.H, S. Anckarsäter, H. Råstam, M. & Hansson .S, M. (2015). Experienced consequences of being diagnosed with ADHD as an adult – a qualitative study. *BMC Psychiatry*, 1-13. DOI 10.1186/s12888-015-0410-4

- Henricson, M. (2023). Diskussion. M. Henricson (red). Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom vård- och hälsovetenskap. 3:e upp., s. 491-500. Studentlitteratur AB.
- Hälso- och sjukvårdsdag (2017:30) Hälsa och sjukvårdslagen, Hämtade den 31 maj 2024 från: [https://www.riksdagen.se/sv/dokument-och-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/halso-och-sjukvardslag-201730\\_sfs-2017-30/](https://www.riksdagen.se/sv/dokument-och-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/halso-och-sjukvardslag-201730_sfs-2017-30/)
- Jessica, O. Janice, P. Tebogo, T.T. & Elizabeth M, S. (2022). Experiences of neurofeedback therapists in treating attention-deficit hyperactivity disorder. *Health SA Gesondheid*, 27 (1), 1-8, [http://DOI: 10.4102/hsag.v27i0.1874](http://DOI:10.4102/hsag.v27i0.1874)
- Kjellström, S. (2023). Forskningsetik. M. Henricson (red). Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom vård- och hälsovetenskap. 3:e upp., s. 61-81. Studentlitteratur AB.
- Korhonen, A. Hakulinen-Viitanen, T. Jylhä, V. & Holopainen, A. (2013). Meta-synthesis and evidence-based health care – a method for systematic review. *Scandinavian Journal of Caring Sciences*, 27(4), 1027–1034. <https://doi.org/10.1111/SCS.12003>
- Kristensson, J. (2014). Handbok i uppsatsskrivande och forskningsmetodik för studenter inom hälso och vårdvetenskap. Natur & Kultur.
- \*Kronenberg, L-M. Slager-Visscher, K. Goossens, P. Brink, W. & Achterberg, T. (2014). Everyday life consequences of substance use in adult patients with a substance use disorder (SUD) and co-occurring attentiondeficit/hyperactivity disorder (ADHD) or autism spectrum disorder (ASD): a patient's perspective. *BMC Psychiatry*, 14 (264), 1-9. <http://www.biomedcentral.com/1471-244X/14/264>
- \*Kronenberg, L. Verkerk-Tamminga, R. Goossens, P. Brink, W. & Achterberg, T. (2015). Personal Recovery in Individuals Diagnosed with Substance use Disorder (SUD) and Co-Occurring Attention Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD) or autism spectrum disorder (ASD). *Archives of Psychiatric Nursing*, 29, 242-248. <http://dx.doi.Org/10.1016/j.apnu.2015.04.006>
- Leahy, G-L. (2018). Diagnosis and treatment of ADHD in children vs adults: What nurses should know. *Archives of Psychiatric Nursing*, 32 (2018) 890–895. <doi.org/10.1016/j.apnu.2018.06.013>
- \* Lefler, E-K, Sacchetti, G-M & Del Carlo, D-I. (2016). ADHD in college: A qualitative analysis. *Springer*, 8, 79–93. Doi 10.1007/s12402-016-0190-9
- Lundman, B. & Graneheim Hällgren, U. (2017). Kvalitativ innehållsanalys. Granskär, M., & Höglund-Nielsen, B (Red.). Tillämpad kvalitativ forskning inom hälso- och sjukvård. (3.uppl., s. 219-234). Studentlitteratur.
- \*Matheson, L. Asherson, P. Wong, I. Hodgkins, P. Setyawan, J. Sasane, R. & Clifford, S. (2013). Adult ADHD patient experiences of impairment, service provision and clinical management in England: a qualitative study. *BMC Health Services Research*, 13 (184), 1-13. <http://www.biomedcentral.com/1472-6963/13/184>
- McCormacke, B. & McCance, T.V.(2006). Development of a framework for person-centred nursing. *Journal of Advanced Nursing*. 56 (5), 472–479. Doi: 10.1111/j.1365-2648.2006.04042.x

- Muntlin, Å., & Janglund, E. (2020). *Fundamentals of care*. Å. Muntlin & E. Janglund (Red). Fundamental of care, patientens grundläggande vårdbehov. Lund: Studentlitteratur.
- \*Nielsen, M. (2017). ADHD and Temporality: A Desynchronized Way of Being in the World. *Medical anthropology*, 36 (3) 260–272, Doi:10.1080/01459740.2016.1274750
- \* Nordby, E-S. Guribye, F. Nordgreen, T, & Lundervold, A-J. (2023). Silver linings of ADHD: a thematic analysis of adults' positive experiences with living with ADHD. *BMJ Open*, 13 (072052). Doi:10.1136/bmjopen-2023-072052
- \*Oscarsson, M. Nelson, M. Rozenta, A. Ginsberg, Y. Carlbring, P & Jönsson, P. (2022). Stress and work-related mental illness among working adults with ADHD: a qualitative study. *BMC Psychiatry*, (22) 751, 1–11. <https://doi.org/10.1186/s12888-022-04409-w>
- Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). *The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews*. *BMJ*, n71. Doi.org/10.1136/bmj.n71
- Patientlag (2014:821). Patient lagen. Hämtade den 31 maj från: [https://www.riksdagen.se/sv/dokument-och-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/patientlag-2014821\\_sfs-2014-821/](https://www.riksdagen.se/sv/dokument-och-lagar/dokument/svensk-forfattningssamling/patientlag-2014821_sfs-2014-821/)
- Psykiatriska riksförening för sjuksköterskor (2014). Kompetensbeskrivning: för legitimerad sjuksköterska med specialistsjuksköterskeexamen. inriktning psykiatrisk. Hämtade den 27 november 2023 från: [https://psykriks.se/wp-content/uploads/2018/07/Kompetensbeskrivning\\_specialist\\_psykiatri.pdf](https://psykriks.se/wp-content/uploads/2018/07/Kompetensbeskrivning_specialist_psykiatri.pdf)
- Polit, D. F. & Beck, C.T. (2021). *Nursing Research: Generating and assessing evidence for nursing practice*. (Elventh edition). Wolters Kluwer.
- Rosen, M. (2023). Systematisk litteraturöversikt . M. Henricson (red). Vetenskaplig teori och metod: från idé till examination inom vård- och hälsovetenskap. 3:e uppl., s. 435-448. Studentlitteratur AB.
- \*Rowe, K. Bailey, S. Teague, B. Mattless, K & Notley, C. (2021). A phenomenological inquiry into the lived experience of adults diagnosed with attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) employed by the NHS. *Mental health and social inclusion*, 25 (2), 159-170. <https://doi.org/10.1108/MHSI-11-2020-0075>
- SBU (2020). Utvärdering av insatser i hälso- och sjukvården och socialtjänsten. Hämtade 13 april 2024 från <https://www.sbu.se/metodbok?pub=48286>
- \*Schreuer, N & Dorot, R. (2017). Experiences of employed women with attention deficit hyperactive disorder: A phenomenological study. *Department of Occupational Therapy*, 56, 429–441. Doi:10.3233/WOR-172509
- Socialstyrelse (2019). Konsekvenser för vuxen med diagnosen ADHD: Kartläggning och analys (2019–6–21). Hämtad 03 november 2023 från <https://www.socialstyrelsen.se/globalassets/sharepointdokument/artikelkatalog/ovrigt/2019-6-21.pdf>.



- Svensk sjuksköterskeförening (2017). *Kompetensbeskrivning för sjuksköterska*. Hämtade 14 april 2024 från <https://swenurse.se/download/18.5b9522411887c8d873d5c38a/1686557116681/Kompetensbeskrivning%20legitimerad%20sjuksko%CC%88terska.pdf>
- Thapar, A., Cooper, M., Jefferies, R. & Stergiakouli, E. (2011). What causes attention deficit hyperactivity disorder?. *Arch Dis Child* (97) 260–265. Doi:10.1136/archdischild-2011-300482
- The European Code of Conduct for Research Integrity (2023). REVISED EDITION. Hämtade den 31 maj 2024 från: <https://www.alleageneralassembly.org/wp-content/uploads/2023/06/European-Code-of-Conduct-Revised-Edition-2023.pdf>
- Tyler, C. Corinne, & J. Donald, L. (2020). Adult attention deficit hyperactivity disorder clinic: An interprofessional collaboration. *Journal of the American Pharmacists Association*, 60, 113- 117. <https://doi.org/10.1016/j.japh.2020.03.020>
- Vetenskapsrådet (29 augusti 2017). *God forskningssed*. Hämtad 10 november 2023 från <https://www.vr.se/analys/rapporter/vara-rapporter/2017-08-29-god-forskningsed.html>
- \*Watters, C. Adamis, D. McNicholas, F & Gavin, F. (2018). The impact of attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) in adulthood: a qualitative study. *Journal of Psychological Medicine*, 35, 173–179. Doi:10.1017/ipm.2017.21
- Weibel, s., Weibel, s., Menard, O., Ionita, A., Boumendjel, M., Cabelguen, C., Kraemer, C., MicouloudFranchi, T.A., Bioulac, S., Perod, N., Suvaget, A., Carton, L., Gachet, M. & Lopez, R. (2020). Practical considerations for the evaluation and management of attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) in adults. *Science directe*, 46 (1) 30–40. <https://doi.org/10.1016/j.encep.2019.06.005>
- Wiklund Gustin, L. (2019). *Vårdande vid psykisk ohälsa: På avancerad nivå*. L, Wiklund Gustin (Red). Att använda sin specialistkompetens i patientens tjänst. Lund: Studentlitteratur AB.
- World Federation of ADHD (2022). Internationellt Konsensusuttalande från 208 vetenskapligt välgrundade slutsatser om ADHD. Hämtade 12 februari från [https://www.adhdfederation.org/\\_Resources/Persistent/98aef9288090c65e4fa6c1c83621a465fc581126/ADHD%20International%20Consensus%20Statement%20Swedish%20version.pdf](https://www.adhdfederation.org/_Resources/Persistent/98aef9288090c65e4fa6c1c83621a465fc581126/ADHD%20International%20Consensus%20Statement%20Swedish%20version.pdf)
- Young, s. (2020). Guidance for identification and treatment of individuals with attention, deficit/hyperactivity disorder and autism spectrum disorder based upon expert consensus. *BMC Medicine*, 18 (1), 1–29. <https://doi.org/10.1186/s12916-020-01585-y>
- Young, s. et al. (2021). Failure of Healthcare Provision for Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder in the United Kingdom: A Consensus Statement. *Frontiers in Psychiatry*, 12 (649 399) 4–16. Doi: 10.3389/fpsy.2021.649399

## 8. BILAGOR

### BILAGA A SÖKMATRIS

Databas Datum	Sökord	Urval	Antal träffar	Antal lästa, titel och abstract	Antal lästa hela artiklar	Antal valda artiklar
Pub Med 2024-02-17	Adult OR Adults AND Experiences AND living with ADHD	2013–2023 All adult English	43	43	9	4
Cinahl 2024-02-17	Adult OR Adults AND Experiences AND ADHD OR Attention deficit hyperactivity disorder	2013-2023 Peer Reviewed English All adult	196	181	13	11
Psycinfo 2024-03-13	Adult OR Adults AND Experiences AND living with ADHD	2013-2023 English All adult	8	2	0	0

## BILAGA B ARTIKEL MATRIS

Artikel Nummer enligt referensordning	Författare, Årtal, Tidskrift & Land	Titel	Syfte	Metod	Resultat	Kvalitet
1	<b>Författare:</b> Bonomi et al <b>Årtal:</b> 2018 <b>Tidskrift:</b> Journal of women's health <b>Land:</b> USA	Sexual Violence and Intimate Partner Violence in College Women with a Mental Health and/or Behavior Disability	Att beskriva upplevelser av Högskola studentkvinnor med funktionsnedsättning sexuellt våld och våld i nära relationer.	Semi-strukturerade intervju	Social isolering, hot och övergrepp samt våldtäkt med fysiskt våld och våldtäkt med hot och verbal press.	Hög
2	<b>Författare:</b> Bolic -B et al <b>Årtal:</b> 2017 <b>Tidskrift:</b> Springer <b>Land:</b> Sweden	The Occupational Transition Process to Upper Secondary School, Further Education and/or Work in Sweden: As Described by Young Adults with Asperger Syndrome and Attention Deficit Hyperactivity Disorder	Att beskriva den yrkesmässiga övergångsprocessen till gymnasieskola, vidareutbildning och/eller arbete och utforska vilket stöd som påverkar processen ur unga vuxnas perspektiv med AS eller ADHD.	Intervju	Deltagarna har förtroende för samhälles insats för att starka deras förmågor att ta examen och hitta ett jobb.	Hög
3	<b>Författare:</b> Bolic -B et al <b>Årtal:</b> 2016 <b>Tidskrift:</b> Sage <b>Land:</b> Sweden	Support for learning goes beyond academic support: Voices of students with Asperger's disorder and attention deficit hyperactivity disorder.	Att beskriva upplevelser av stöd i skolan bland unga vuxna med AS och ADHD och att utforska vilket stöd påverkar lärandet.	Semi-strukturerade intervju	Svårigheter-med inläring, sociala relationer och varierande känslomässigt välbefinnande. Lärande stödet upplevdes både negativ och positiv.	Hög
4	<b>Författare:</b> EK, A & Isaksson, G <b>Årtal:</b> 2013 <b>Tidskrift:</b> Scandinavian Journal of Occupational Therapy <b>Land:</b> Sweden	How adults with ADHD get engaged in and perform everyday activities	Att förstå upplevelsorna av engagemang i, och beskriva hur vuxna med ADHD utförde vardagliga aktiviteter	Semistrukturerade intervju	Positiver upplevs uppstår när de nå känslan av samhörighet med andra via olika dagliga aktiviteter	Hög

5	<p><b>Författare:</b> Goffer, et al <b>Årtal:</b> 2020 <b>Tidskrift:</b> Scandinavian journal of occupational therapy <b>Land:</b> Israel</p>	Occupational experiences of college students with ADHD: A qualitative study	Att lägga till den begränsade kvalitativa litteraturen om universitets upplevelsen hos studenter med ADHD	Fokusgrupp intervju	Svårighet med egna vård bland annat att upprätthålla matvanor och sömnrutiner samt svårighet med att organisera arbet stider och studieplaner	Hög
6	<p><b>Författare:</b> Kronenberg et al <b>Årtal:</b> 2014 <b>Tidskrift:</b> BMC Psychiatry <b>Land:</b> Netherland</p>	Everyday life consequences of substance use in adult patients with a substance use disorder (SUD) and co-occurring attention deficit/hyperactivity disorder (ADHD) or autism spectrum disorder (ASD):5a patient's perspective	Att identifiera vardagliga konsekvenser av SUD och samtidigt förekommande ADHD eller ASD hos vuxna patienter.	Semi-strukturerade intervju med öppna frågor	Uttrycker en blandning av tankar, känslor, och impulsivitet samt svårigheter att organisera vardagen på grund av bristande planering. Detta leder till missbruk vilket kan bli ond cirkel	Hög
7	<p><b>Författare:</b> Kronenberg et al <b>Årtal:</b> 2015 <b>Tidskrift:</b> Archives of Psychiatric Nursing <b>Land:</b> Netherland</p>	Personal Recovery in Individuals Diagnosed with Substance use Disorder (SUD) and Co-Occurring Attention Deficit/Hyperactivity Disorder (ADHD) or autism spectrum disorder (ASD)	Att undersöka personligt tillfrisknande av vuxna klienter med diagnosen SUD utöver uppmärksamhetsstörning/hyperaktivitet störning (ADHD) eller autismspektrumstörning (ASD)	Semi-strukturerade intervju	Sorgen om alla lidande, bland annat frustrationen, depression, trötthet, förlorade relationer. De upplever att det kräver mod och hopp samt stöd för att kunna återställa ett nytt fungerande liv	Hög
8	<p><b>Författare:</b> Lefler et Al <b>Årtal:</b> 2016 <b>Tidskrift:</b> Springer <b>Land:</b> USA</p>	ADHD in college: A qualitative analysis	Att beskriva och tolka den gemensamma upplevelsen av att ha ADHD i högskolan utbildning utifrån dessa individens synvinkel	Fokusgrupp intervju	Vissa studenter upplever att de fruktar stigmatiseringen av att gå in på ett funktionsnedsättningskontor på campus, medan andra tycker att det är positivt att ha mer tillgång till fördelarna med tjänster.	Hög

9	<b>Författare:</b> Matheson et al <b>Årtal:</b> 2013 <b>Tidskrift:</b> BMC Health Services Research <b>Land:</b> England	Adult ADHD patient experiences of impairment, service provision and clinical management in England: a qualitative study	Att utforska upplevelserna hos vuxna i England med ADHD angående tillgång till diagnostik- och behandlingstjänster, ADHD-relaterad funktionsnedsättning och att jämföra upplevelser mellan patienter som diagnostiserats under vuxen ålder och barndom.	A qualitative approach using semi-structured interviews	Att leva med ADHD är ett kaotiskt liv med blandning av negativ och positiv upplevelse	Hög
10	<b>Författare:</b> Nielsen, M <b>Årtal:</b> 2017 <b>Tidskrift:</b> Medical Anthropology <b>Land:</b> Danmark	ADHD and Temporality: A Desynchronized Way of Being in the World	Att undersöka vuxnas upplevelser av att få diagnosen ADHD och att leva med symtom på ADHD	Semi-strukturerade intervju	Upplever ångest, dysynkronisering mellan sig själv och omgivningen samt utanförskapat på grund av svårigheter med sociala färdigheter	Hög
11	<b>Författare:</b> Nordby et al <b>Årtal:</b> 2023 <b>Tidskrift:</b> BMJ Open <b>Land:</b> Norway	Silver linings of ADHD: a thematic analysis of adults' positive experiences with living with ADHD	Att identifiera och utforska positiva aspekter av ADHD	Intervju med öppna frågor	Mod och oräddhet känslor för att söka efter nya upplevelser, att hantera motstånd eller utmaningar, kreativitet och förmåga att tänka utanför ramarna, positiva upplevelser	Hög
12	<b>Författare:</b> Oscarsson et al <b>Årtal:</b> 2022 <b>Tidskrift:</b> BMC Psychiatry <b>Land:</b> Sweden	Stress and work-related mental illness among working adults with ADHD: a qualitative study.	Att utforska stress och arbetsrelaterad psykisk ohälsa bland vuxna med ADHD, och identifiera behov för att förebygga dessa negativa resultat.	Semi-strukturerade intervju	Att gå runt med känslighet för kritik, oro, dålig koncentration samt rädsla. Väl strukturerat och planerat arbetsuppgift har uppskattat	Hög
13	<b>Författare:</b> Rowe et al <b>Årtal:</b> 2021 <b>Tidskrift:</b> Mental health and social inclusion <b>Land:</b> UK	A phenomenological inquiry into the lived experience of adults diagnosed with attention deficit	Att förstå hur nyckeldrag hos ADHD hjälper eller hindrar den övergripande arbetserfarenheter inom hälso- och sjukvården och	Semi-strukturerade intervju	Vikten om att ha anpassade arbetsmiljön för att kunna trivas på jobbet. De upplever både negativ och positiv	Hög

		hyperactivity disorder (ADHD) employed by the NHS	identifiera strategier för att stödja yrkesmässig prestation och välbefinnande genom kvalitativa intervjuer med vårdpersonal som lever och arbetar med ADHD.		arbetsfarenhet.	
14	<b>Författare:</b> Schreuer, N & Dorot, R <b>Årtal:</b> 2017 <b>Tidskrift:</b> Department of Occupational Therapy <b>Land:</b> Israel	Experiences of employed women with attention deficit hyperactive disorder: A phenomenological study	Att utforska upplevelserna av arbetande kvinnor med ADHD och lära sig de strategier och anpassningar som underlättar deras arbete.	Djupintervju : Phenomenolog	Svårigheten att läsa den sociala koden och outtalade hierarkin, reglerna som leder till förväntningarna på arbetsplatsen.	Hög
15	<b>Författare:</b> Watters et al <b>Årtal:</b> 2018 <b>Tidskrift:</b> Journal of Psychological Medicine <b>Land:</b> Ireland	The impact of attention deficit hyperactivity disorder (ADHD) in adulthood: a qualitative study.	Att ge en djupare inblick i de levda upplevelserna av vuxna med ADHD inom västra Irland.	Semi-strukturerade intervju	Upplever båda positiva och negativa effekter av ADHD	Hög





Box 1059 | 141 21 Huddinge  
Besøksadress Hølsøvågen 11  
Telefon 08 587 516 00 | [www.rkh.se](http://www.rkh.se)