

Question 14 : Est-il important de diagnostiquer et de traiter le TDAH à l'âge adulte?

Médias sociaux : Diagnostiquer et traiter un TDAH chez un adulte est important parce qu'il n'est jamais trop tard pour améliorer la vie et qu'on ne peut pas résoudre un problème avant de l'avoir identifier. Réaliser que vous avez un TDAH et rechercher un traitement sont le début d'un long chemin vers l'acceptation de soi et vers la compréhension que vous n'êtes pas juste paresseux, fou ou stupide!

Diagnostiquer et traiter le TDAH à l'âge adulte est important parce que de nombreux adultes ont vécu avec des sentiments d'échec, d'anxiété, de mauvaise estime de soi, de dépression et d'autres émotions négatives pendant des années, sans jamais comprendre qu'il y a une raison pour les défis auxquels ils ont fait face. Découvrir qu'ils ont le TDAH peut changer leur vie de ces adultes qui se sont toujours sentis « décalés » ou comme s'ils ne s'intégraient pas facilement avec les autres. Imaginez le soulagement qu'amène le fait de savoir qu'il y a une raison pour toutes ces clés perdues, ces rencontres et ces occasions manquées. ces crises émotionnelles et ces échecs au travail dans les relations avec les autres et/ou les gestion des finances. Je devrais le savoir depuis que, adulte, j'ai vécu moi-même ce moment « ah-ha » !

Une fois que vous SAVEZ, vous pouvez chercher des réponses, des traitements et des solutions. Même si vous avez réussi relativement bien et ne ressentez pas le besoin de chercher un traitement, le simple fait de savoir peut faire une différence positive. Je n'ai pas cherché de traitement immédiatement après mon diagnostic à l'âge de 41 ans... J'étais une mère isolée occupée, j'élevais deux fils et je réussissais ma carrière. Non seulement j'avais survécu, mais j'avais prospéré jusqu'à ce moment... mais ensuite sont venus les variations hormonales liées à la ménopause et un nouveau travail exigeant avec plus de paperasse que d'interactions avec les gens. C'était un tel soulagement de réaliser tout de suite que je pouvais chercher de multiples voies de traitement pour m'aider à traverser cette période difficile. Savoir qu'il y avait une raison pour laquelle j'avais tant de difficulté a fait toute la différence. Donc, que vous ayez réussi toute votre vie, ou que vous ayez lutté à cause d'un TDAH non diagnostiqué, simplement SAVOIR peut ouvrir de nouvelles possibilités et fournir de nouvelles voies vers l'acceptation de soi et la paix intérieure.

Biographie :

Evelyn Polk Green, titulaire d'une maîtrise en sciences de l'éducation, a été présidente de l'ADDA (*Attention Deficit Disorder Association*) et du CHADD (*Children and Adults with Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder*). Evelyn est une adulte avec TDAH et mère de deux fils adultes avec TDAH. Elle est active dans les domaines du TDAH et de la défense de la santé mentale depuis plus de 25 ans.



Traduction: Dr Hervé CACI (France)