

## **Indsigtsfuld bog beskriver livet med en opmærksomhedsforstyrrelse set fra et kvindeligt perspektiv**

**Charlotte Jokumsen: At leve med AD(H)D som kvinde**

**Antallet af danskere, der får stillet diagnosen ADHD/ADD er stigende, men kvinder og piger bliver ofte overset. Denne bog sætter fokus på denne diagnose hos kvinder. Bogen beskriver symptomer, udredning og behandling, og den leverer strategier og værktøjer til håndtering af nogle af de udfordringer, der følger med diagnosen. Derudover giver en række personlige fortællinger indblik i forskelliges kvinders liv med ADHD/ADD.**

"Vi håber med denne bog at skabe øget opmærksomhed på denne diagnose og mere specifikt på den måde, den kommer til udtryk på hos kvinder. At få den tanke, at en underliggende ADHD kan forklare en kvindes udfordringer, kan gøre en stor forskel." - *Charlotte Jokumsen i bogen*

I denne bog fortæller en række kvinder med ADHD/ADD om deres udfordringer i hverdagen i forhold til bl.a. uddannelse, arbejdsliv, parforhold, morrollen, psykisk velbefindende og selvfølelse, og om deres kamp for at blive udredt med den korrekte diagnose.

Bogen beskriver de typiske kønsspecifikke symptomer ved ADHD/ADD med fokus på hormonelle forandringer i puberteten, ved menstruation og graviditet samt i klimakteriet, men også stresslignende symptomer som angst, depression og spiseforstyrrelser, som ofte følger med diagnosen ADHD/ADD. Sideløbende diagnoser som autisme og bipolar lidelse berøres også.

Bogen præsenterer strategier og værktøjer til håndtering af nogle af de udfordringer, der følger med at have en opmærksomhedsforstyrrelse. Håbet er at give mulighed for, at kvinder kan spejle sig i andre kvinders erfaringer, udfordringer, strategier og succeser.

**Charlotte Jokumsen** (f. 1963) er privatpraktiserende psykiater og rusmiddelkonsulent i Silkeborg. Hun har mange års erfaring med patienter med ADHD/ADD og har i sin klinik mødt talrige kvinder, hos hvem diagnosen har været overset i årevis.

**Eva Poulsen** er uddannet læge fra Aarhus Universitet, bachelor i psykologi og ACT-terapeut. Stifter af Studenterlinjen, en anonym telefon- og chatrådgivning for studerende ved Aarhus Universitet.

**Christina Wex** (f. 1964) er journalist og forfatter. Hun har tidligere udgivet bl.a. *Forklædt som normal* om en ung pige med ADHD.

**Charlotte Jokumsen og Eva Poulsen - i samarbejde med Christina Wex:  
At leve med AD(H)D som kvinde**

**190 sider**

**Forlagets pris: 269,95 kr.**

**Udk. d. 14. juni 2023**