

Adhd

Lästips och länkar

Här har vi samlat tips till dig som vill veta mer om din diagnos. Läs eller lyssna – gör det som passar dig bäst.

Läs

- Adhd- Från duktig flicka till utbränd kvinna. (2020). Lotta Borg Skoglund.
- ADHD-hjälpen: För ett liv i balans. (2014). Katarina A. Sörngård.
- 1177: Adhd, 1177.se/stockholm/sjukdomar--besvar/hjarna-och-nerver/neuropsykiatriska-funktionsnedsattningar/adhd/
- Fördel ADHD – var på skalan ligger du? (2017). Anders Hansen.
- Attention.se
- Flickor med adhd. (2018). Kathleen Nadeau med författare.

Tips! En del bibliotek har vissa av dessa böcker att låna, om man inte känner för att köpa.

Lyssna

- Funka olika: I podden Funka olika finns 7 avsnitt om adhd med bland annat enhetschefen för Adhd-center som talare. På Habiliteringens hemsida kan man hitta alla avsnitt länkade, habilitering.se/fakta-och-rad/podden-funka-olika/om-adhd/
- ADHD-podden: I podden med Josefin Svensson och gäster finns 30 avsnitt om hur det är att leva med adhd, och de olika sidorna till diagnosen, poddtoppen.se/podcast/1397365258/adhd-podden
- Adhd livet: I podden med Linda Andersson finns ett gäng olika avsnitt om att leva med adhd, poddtoppen.se/podcast/1649127854/adhd-livet