

Pressemitteilung

ADHS bei Erwachsenen: Zahl der Diagnosen hat sich verdreifacht

Zum internationalen Tag der Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung: Auch immer mehr Frauen erhalten die Diagnose ADHS.

Düsseldorf/Hamburg, 10. Juli 2026

Geringe Aufmerksamkeit, innere Unruhe und eine ausgeprägte Impulsivität: Immer mehr Erwachsene erhalten die Diagnose Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS). Das zeigen Auswertungen der AOK Rheinland/Hamburg im Vorfeld des internationalen ADHS-Tags am 13. Juli. Demnach hat sich die Zahl der Diagnosen im Zeitraum von 2014 bis 2024 an Rhein und Ruhr und in Hamburg nahezu verdreifacht.

Im Jahr 2014 hatten nur 0,23 Prozent der volljährigen Versicherten der AOK Rheinland/Hamburg (absolut: 5.736) eine ADHS-Diagnose. 2024 waren es bereits 0,65 Prozent (absolut: 16.864 Personen) und damit knapp dreimal so viele wie zehn Jahre zuvor. Vergleicht man die Diagnosehäufigkeit bei Männern und Frauen, fällt auf, dass weiterhin hauptsächlich Männer mit ADHS diagnostiziert werden, die Erkrankung aber auch zunehmend bei Frauen festgestellt wird. Während 2014 nur 32,7 Prozent der Diagnosen auf Frauen entfielen, waren es im Jahr 2024 bereits 39,4 Prozent. „Dieser Anstieg an ADHS-Diagnosen bei Frauen ist in unseren Daten seit 2021 zu beobachten“, erklärt Christian Wehner, Bereichsleiter Gesundheitsmanagement der AOK Rheinland/Hamburg.

ADHS galt lange Zeit als typische „Kinderkrankheit“. In der Kindheit wird ADHS bei Jungen viermal häufiger diagnostiziert als bei Mädchen. „Mädchen zeigen andere Symptome, die oft weniger sichtbar sind als bei Jungen“, sagt Christian

Wehner. „Wenn im Erwachsenenalter herausfordernde Phasen wie der Berufseinstieg oder die Familiengründung anstehen, können ADHS-Symptome stärker hervortreten und dazu führen, dass die Erkrankung erkannt wird. Die steigenden Zahlen von ADHS im Erwachsenenalter zeigen deutlich, dass ADHS keine reine Kinder- und Jugenddiagnose ist. Unser Anspruch ist es, die Versorgung entlang des gesamten Lebensverlaufes weiterzuentwickeln und den Betroffenen einen frühzeitigen sowie bedarfsgerechten Zugang zur Diagnostik und Behandlung zu ermöglichen“, erläutert Wehner.

Auch wenn die ADHS-Diagnose erst im Erwachsenenalter festgestellt wird, ist sie ein wichtiger Schritt für die Betroffenen, denn mehr als 50 Prozent der erwachsenen Patientinnen und Patienten entwickeln zusätzlich eine Depression oder Angststörungen – das betrifft überdurchschnittlich Frauen. Auch Essstörungen können Begleiterscheinungen sein, ebenso psychosomatische Erkrankungen wie Schilddrüsenfunktionsstörungen oder chronisches Erschöpfungssyndrom.

Wer als Erwachsener den Verdacht hat, ADHS zu haben, kann sich an seine hausärztliche Praxis wenden, die eine erste strukturierte Einschätzung vornehmen kann und bei Bedarf in eine fachärztliche oder psychotherapeutische Behandlung überweisen kann.