

Nahrungsergänzung hilft ADHS-Kindern

Das Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-Syndrom (ADHS) hat viele Ursachen. Auffällig ist, daß die betroffenen Kinder immer einen Mangel an Mikronährstoffen haben. Daher gehört die Verbesserung der Vitalstoffversorgung inzwischen ebenso zur Therapie wie die Elimination von Allergenen und Schadstoffen. Mit einer Stimmanalyse kann der Stoffwechselzustand auf einfache Weise festgestellt werden, so daß die fehlenden Nährstoffe gezielt ergänzt werden können und der Erfolg überprüfbar ist.

Die Ursache für den besonderen Mikronährstoffbedarf der ADHS-Kinder liegt im Stoffwechsel der Neurotransmitter. Diese kleinen Helfer der Nerven heißen Dopamin, Adrenalin und Serotonin und sind die wichtigste Voraussetzung für gutes Lernen und eine gesunde Psyche. Doch ohne B-Vitamine, Spurenelemente und essentielle Fett- bzw. Aminosäuren funktioniert die Produktion der Botenstoffe im Gehirn nicht richtig. Ein dauernder Mangel an Neurotransmittern führt zu Nervosität, Gedächtniseinbußen und motorischer Unruhe, den bekannten ADHS-Symptomen.

Die meisten „Zappelphilipp“-Kinder haben außerdem eine Belastung mit Schwermetallen und Nahrungsmittelzusätzen. Diese Schadstoffe „triggern“ die Schübe der Erkrankung. Hier beginnt ein Teufelskreis, denn auch die natürlichen Entgiftungssysteme des Körpers brauchen eine gute Versorgung mit Spurenelementen, um effektiv zu arbeiten.

Entgiftung und Darmsanierung

Bei einem Vitalstoffdefizit sind die Entgiftungsenzyme blockiert, so daß der Körper zu einer Notlösung greift und die Toxine ins Gewebe abschiebt und dort speichert. Besonders gern lagern sich die giftigen Substanzen in den Nervenzellen ab – und im Gehirn. Nur bei einer guten Versorgung mit Mikronährstoffen kann der Organismus die Schadstoffe über Niere, Leber und Darm selbstständig wieder ausscheiden.

Das wichtigste Organ bei der Aufnahme von Nährstoffen und zur Abwehr von schädlichen Substanzen ist der Darm. Wenn ein Kind allergisch auf Lebensmittel, wie z.B. Gluten im Weizen, reagiert oder durch eine Pilzinfektion die Darmflora gestört ist, dann wird die Darmbarriere geschwächt. Der Körper nimmt die wichtigen Grundbausteine (v. a. Aminosäuren, Vitamine, Mineralien) nicht mehr ausreichend aus der Nahrung auf, und es entsteht ein Mangelzustand. Außerdem wird die Darmwand durch die allergischen Reaktionen durchlässig für Schadstoffe und Krankheitserreger. Die elementaren Voraussetzungen für die erfolgreiche Behandlung eines Mikronährstoffmangels sind also eine entsprechende Eliminationsdiät und der Aufbau einer gesunden Darmflora.

Optimales Nährstoffprogramm

Mit diesem Konzept der Vitalstoffergänzung und der Darmsanierung werden Kinder mit den typischen Symptomen der hyperkinetischen

Störung gezielt behandelt. Zunächst wird die Ernährung umgestellt auf basische Lebensmittel. Gerade bei hyperkinetischen Kindern gilt: Wer sauer ist, reagiert auch gereizt. Süßigkeiten, Softdrinks (Cola, Kohlensäure, Fruchtsäfte) und Lebensmittel aus tierischer Herkunft (Fleisch, Wurst, Milchprodukte) können das Säure-Basen-Gleichgewicht in den sauren Bereich verschieben, und das verstärkt die Übererregbarkeit des Nervensystems. Auf dem neuen Speiseplan der Kinder stehen mehr Gemüse und Vollkornprodukte und möglichst wenig Zucker. Außerdem soll 1,5 Liter stilles Wasser am Tag getrunken werden. Zusätzlich erhalten die Kinder täglich ein Nahrungsergänzungs-Programm, das speziell auf die Bedürfnisse von ADS-Symptomatik abgestimmt ist:

- Multivitamine und Mineralien-Pulver auf Lebensmittelbasis in einer kindgerechten Zusammensetzung (Food State VITA-MIN-DRINK)
- Lecithin als natürliche Quelle von essentiellen Fettsäuren und Aminosäuren (Rein-Lecithin-Granulat)
- Probiotische Milchsäurebakterien mit Faserstoffen zur Regulierung der Darmflora (FOS-A-Dophilus-Kapseln zum Öffnen)

Diese Nahrungsergänzungen können in Flüssigkeit oder vom Löffel genommen werden ohne das für Kinder oft schwierige Schlucken von Tabletten.

Stimmanalyse: aktuelles Nährstoff- und Schadstoffprofil

Vor dem Beginn des Nahrungsergänzungs-Programms werden bei jedem Kind die

aktuelle Nährstoffsituation und die individuelle Belastung mit Schadstoffen festgestellt. Für diese Untersuchung eignet sich besonders die Stimmanalyse, weil sie kinderfreundlich ist – nämlich völlig schmerzfrei – und ein sehr genaues Profil erstellt. Das Stimmbild zeigt auf einen Blick, ob Nährstoffdefizite vorliegen, nützliche Vitamine blockiert sind oder ob der Körper mit Schwermetallen und Umweltgiften belastet ist. Aus dem Diagramm wird dann die Resonanzintensität (RI) der einzelnen Substanzen Vitalstoffe ermittelt und in eine gut lesbare Tabelle übertragen.

Die Stimmanalyse beruht auf dem Resonanzprinzip. Jede chemische Substanz im Körper hat eine bestimmte Schwingung, die sich aus dem Molekulargewicht errechnen läßt. Die Stimme spiegelt alle Körpersubstanzen, und je mehr von der Substanz vorhanden ist, desto intensiver ist ihre Frequenz im Stimmpprofil. Die Stimmanalyse zerlegt die Stimme in ihre einzelnen Resonanzfrequenzen, genau wie ein Prisma das weiße Licht in seine Farben. Die Stimme wird über die Soundkarte am PC aufgenommen und als Oszillogramm bildlich dargestellt. Eine spezielle Software errechnet daraus ein Diagramm und verbindet jede Frequenz mit ihrer Resonanz-Substanz. Im Frequenz-Diagramm werden Vitamine, Mineralien, Spurenelemente, Aminosäuren, Fettsäuren und Neurobotenstoffe sichtbar – ebenso wie eingelagerte Schadstoffe und Schwermetalle.

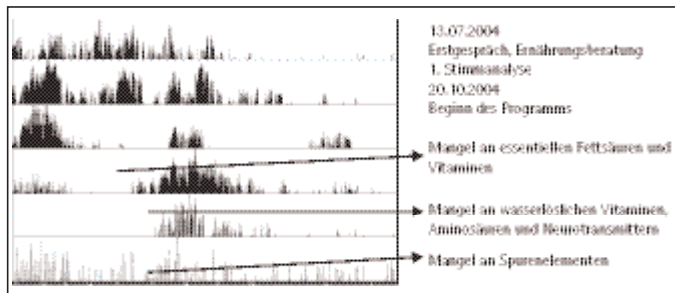


Abb. 1: Stimmbild eines 12jährigen Jungen vor Beginn des Nahrungsergänzungsprogramms: Die Resonanz zu wichtigen Vitalstoffen ist vermindert

Innerhalb kurzer Zeit verbesserte Stoffwechselsituation

Vor dem Beginn des Nahrungsergänzungsprogramms zeigen die Stimmbilder die typischen Defizite von Spurenelementen, Aminosäuren und Neurotransmittern (Abb. 1). Bei den Kindern sind häufig zwei Drittel der Vitalstoffwerte im Mangel und über die Hälfte der Toxine (Schwermetalle, Lebensmittelzusätze) im roten Bereich. Oft zeigt sich, daß einige Vitalstoffe vom Stoffwechsel nicht verwertet werden können, da bestimmte Spurenelemente für die Enzymtätigkeit fehlen. Solche blockierten Substanzen wirken sich langfristig ebenso schädigend auf die Gesundheit aus wie eine mangelhafte Versorgung. Durch die Ernährungsumstellung und die gezielte Nahrungsergänzung sind bereits nach drei Monaten deutliche Veränderungen zu erkennen: Das Stimmbild ist in allen Frequenzen ausgeglichener, und die Lücken sind kleiner (Abb. 2).

Entgiftung verbraucht Spurenelemente

Das Depot der Spurenelemente ist zu diesem Zeitpunkt allerdings meistens noch nicht völlig normalisiert. Teilweise verschlechtern sich sogar die Werte von einzelnen Spurenelementen wie Selen und Zink. Dieser paradoxe Effekt entsteht durch die Tätigkeit der Entgiftungssysteme, die bei der besseren Versorgung mit Vitaminen wieder anfangen zu arbeiten. Zink und Selen haben eine Schlüssel-funktion bei den Zellentgiftungs-Enzymen Superoxiddismutase und Glutathionperoxidase. Durch die stärkere Entgiftung hat der Körper für einige Zeit einen höheren Verbrauch dieser Spurenelemente, ebenso wie an Eisen, Jod und Mangan. Bei konsequenter Nahrungsergänzung über die erste Entgiftungsphase hinaus füllt sich jedoch das Defizit aller Vitamine und Spurenelemente auf.

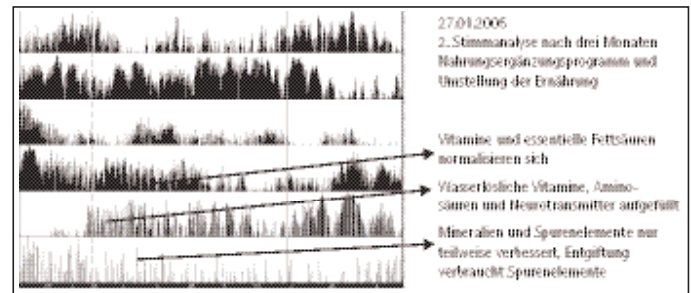


Abb. 2: Stimmbild desselben 12jährigen Jungen nach Einnahme von Vitaminen und Spurenelementen: Eine durchgängig gute bzw. stark verbesserte Resonanz zu wichtigen Mikronährstoffen ist jetzt erkennbar

Besser mit Vitalstoffen

- ADHS-Kinder brauchen mehr Mikronährstoffe. Mit hochwertigen und bioverfügbaren Nahrungsergänzungen können sich bereits nach drei Monaten die Vitamin- und Mineralwerte erholen. Auch der Vorrat an Lecithin und essentiellen Aminosäuren, den beiden biochemischen Vorstufen der Nervenbotenstoffe, kann sofort aufgefüllt werden. Als Konsequenz steigen die Neurotransmitter-Werte an.
- ADHS-Kinder haben hohe Schadstoffbelastungen. Die natürliche Entgiftung wird unterstützt durch Entsäuerung mit basischer Ernährung, reines Wasser und Mikronährstoffe. Die verbesserte Entgiftungsleistung läßt schon nach kurzer Zeit die Schadstoffwerte absinken.
- ADHS-Kinder haben eine gestörte Darmfunktion. Die Darmbarriere stärken heißt: Allergene vermeiden, auf vollwertige Ernährung umstellen und mit Probiotika die Darmflora aufbauen. Mit diesen einfachen Maßnahmen für eine Verbesserung der Mikronährstoffversorgung, Entgiftung und Darmflora lassen sich die natürlichen Voraussetzungen für einen gesunden Gehirnstoffwechsel schon nach kurzer Zeit herstellen.

Autorin: Dr. med. Eva Ritter
dr.eva.ritter@gmx.de

VoxSana® Institut für Stimm-
 analysen, info@voxsana.de

ADHS-Therapie-Praxis:
 HP Barbara Dose
l.dose@t-online.de

Bezugsquelle für das Nah-
 rungsergänzungsprogramm:
 Natur Vital GmbH
 Tel. 0 61 73/94 04 51
info@naturvital.de