

# Kinder unter Psychodrogen

## Die Verschreibung von Ritalin gegen ADHS

In den USA nehmen täglich zwischen 6 u. 8 Millionen Kinder mit Aufmerksamkeitsstörungen - mit und ohne Hyperaktivität - davon etwa 80% Jungen, täglich Ritalin, und außerdem etwa 1 Million Erwachsene. Die weltweite Produktion von Ritalin stieg von weniger als 3 Tonnen im Jahr 1990 auf mehr als 10 Tonnen im Jahr 1995, Tendenz steigend. In den USA werden 90% der Ritalin Tabletten verbraucht.

In Deutschland ist der Absatz innerhalb von 5 Jahren um mehr als das 40zifache auf 31 Millionen Tabletten angestiegen. In Schleswig-Holstein nehmen heute doppelt so viele Kinder Ritalin wie noch vor 2 Jahren, so daß die AOK eine Untersuchungskommission eingesetzt hat, um eventuelle Fehldiagnosen ans Licht zu bringen. Es gibt in der Literatur keinerlei Hinweise darauf, warum die Zahl verhaltensauffälliger Kinder in dieser kurzen Zeit dermaßen explosionsartig angestiegen sein soll. Der Verdacht liegt nahe, dass erst das Vorhandensein eines Medikaments die Krankheit erschafft.

## Bereits der Beipackzettel stimmt nachdenklich:

Nicht angewendet darf Ritalin bei:

- Depressionen,
- bei familiär vorkommenden Tics,
- Magersucht,
- Bluthochdruck,
- Herzrhythmusstörungen,
- Schwangerschaft und Stillzeit.

Für die Behandlung von Kindern unter 6 Jahren „liegen ausreichende klinische Daten nicht vor“, das Medikament wird aber gleichwohl in den USA Kindern ab dem 1. Geburtstag und bei uns in Deutschland auch Kindergartenkindern verschrieben! Im „Suchtbericht Deutschland 1999“ wird „Psychostimulanzien“ wie Ritalin, die eine Veränderung der Verarbeitungsprozesse im Zentralnervensystem bewirken, bescheinigt, bei oraler Einnahme "keine körperliche, jedoch eine ausgeprägte psychische Abhängigkeit zu verursachen". „Schon nach kurz dauernder Einnahme können psychotische Zustände mit vor allem optischen Halluzinationen und wahnhaftem Erleben auftauchen.“

Die bei uns „in Mode gekommene Hochdosierung“ („Der Spiegel“) kann zu Psychosen führen. Diese können psychische und körperliche Nebenwirkungen mit sich bringen.

## Wie wirkt Ritalin?

„Wenn ein Elternteil ein Kind zwingen würde, Alkohol zu trinken oder ein Beruhigungsmittel einzunehmen im irrigen Glauben, dass dies „chemische Ungleichgewichte“ im Gehirn des Kindes heilen würde, würden wir nicht zögern, den Eltern das Kind zu entziehen. Und doch werden Millionen von Kindern gezwungen, bewusstseinsverändernde Drogen zu nehmen, im gleichermaßen irrümlichen Glauben, dass Depressionen und andere Geisteskrankheiten biologisch verursacht sind, für den es keinen Funken eines wissenschaftlichen Beweises gibt,“ so Keith Hoeller.

Die deutsche Hauptstelle gegen Suchtgefahren warnt: „Hyperaktive Kinder, die mit Stimulanzien behandelt wurden, waren nach 5 Jahren weder emotional angepaßter noch motorisch ruhiger, weniger dissozial oder leistungsfähiger als Kinder, die kein Medikament erhalten hatten.“

Wussten Sie das?: „Pharmaka“ heißt auf griechisch sowohl „Heilmittel“ als auch „Gift“ und „Zauber-mittel“.

Stimulanzien sind Mittel, die einen wichtigen Körperteil oder ein Organ stimulieren. Körperfunktionen werden beschleunigt und ein Gefühl von Energie erzeugt. Koffein ist z. B. ein mildes Aufputschmittel. Amphetamine wurden im 2. Weltkrieg von Soldaten aller Parteien als stimulierende Drogen genutzt, um für den Kampf zusätzliche Energie und Wachsamkeit zu gewinnen. Der Appetit wird unterdrückt und der Energiepegel bleibt hoch. Bei hyperaktiven Kindern putschen Amphetamine wie Ritalin nicht auf, sondern beruhigen eher.

## **Ritalin ist ein Amphetamin und ist seit 1956 auf dem Markt.**

Eine gründliche Erforschung des Medikaments liegt immer noch nicht vor.

Im Beipackzettel des Herstellers Ciba-Geigy (fusionierte 1996 mit Sandoz zu Novartis, Nr. 1 in der Forschung, Nr. 2 im Umsatz für pharmazeutische Produkte, Jahresumsatz 18,5 Milliarden und einem Geschäftserlös von 3,2 Milliarden Dollar im Jahre 1996) steht geschrieben: „Ritalin ist ein mildes Stimulanz für das zentrale Nervensystem.“

Die Art und Weise, wie Ritalin im Menschen wirkt, wird noch nicht ganz verstanden, aber Ritalin aktiviert vermutlich das Stammhirn und den Kortex, um einen stimulierenden Effekt zu erzielen. Es gibt keinen spezifischen Beweis, der die Mechanismen nachweist, wie Ritalin mentale und verhaltensmäßige Effekte auf Kinder hervorruft, noch gibt es einen überzeugenden Nachweis darüber, wie diese Effekte in Beziehung zum zentralen Nervensystem stehen.“

Das Papier gibt Auskunft über ADHD (Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitäts-Syndrom): „Eine spezifische Ätiologie dieses Syndroms ist unbekannt und es gibt keinen einzigen Diagnose-Test.“

Psychostimulanzien sind Aufputsch- und Dopingmittel. Charles Bradley fand bereits 1937 heraus, dass eine kleine Dosis Amphetamine ausreicht, um Kinder mit störender Lebendigkeit zum Stillsitzen zu bringen. Diese Ruhigstellung mit Aufputschmittel gilt als paradox und therapeutisch. Chemisch ist Ritalin sehr eng verwandt mit Kokain, allerdings lässt die Wirkung von Kokain im Gehirn schneller nach als Methylphenidat. Die Wirkungsweise von Psychostimulanzien wie Methylphenidat oder Ritalin ist noch ungeklärt.

In den USA (Ritalin seit den 50 Jahren auf dem Markt) formieren sich immer mehr Eltern in Initiativen gegen Ritalin.

## **Häufigste Nebenwirkungen:**

- Schlaflosigkeit,
- Appetitlosigkeit,
- Magenbeschwerden,
- Übererregbarkeit,
- Müdigkeit,
- Traurigkeit,
- Ängstlichkeit,
- Kopfschmerzen,
- Schwindel,

- Gewichtsverlust,
- Durchfall und Verstopfung

Da bei Kindern mit hyperkinetischem Syndrom der Nachtschlaf beeinträchtigt werden kann, wird die letzte Gabe von Ritalin vor 16.00 Uhr empfohlen.

## **In Einzelfällen treten auf:**

- Tics (Muskelzucken),
- Hautausschläge,
- Haarausfall,
- Gelenkschmerzen,
- psychotische Reaktionen mit Sinnestäuschungen

## **Bei Erwachsenen können**

- Kopfschmerzen,
- Konzentrationsmangel,
- Herzjagen,
- Herzrhythmusstörungen,
- Erhöhung des Blutdrucks,
- Aggressivität,
- Verfolgungsideen,
- Angst
- Entzündungen der Mundschleimhaut

beobachtet werden.

Unter Ritalin sollen Menschen nicht Auto fahren. Weiter wird geschrieben: „Bedienen Sie keine elektrischen Maschinen!“ und „Arbeiten Sie nicht ohne sicheren Halt!“

Der Grund: „Ritalin kann auch bei bestimmungsmäßigem Gebrauch das Reaktionsvermögen verändern“. Außerdem: „Bei nicht bestimmungsgemäßem Gebrauch ein stark ausgeprägtes psychisches Abhängigkeitspotential.“

In USA nahmen 1994 bereits 10% der älteren High School-Schüler Amphetamine wie Ritalin ohne ärztliches Rezept.

Am 15.08.2000 hieß es in „Bild am Sonntag“ in einem Artikel „Was den Zappelphilipp ruhiger macht“ zu ADS bzw. „Glücklicherweise ist die moderne Medizin heute in der Lage, das Problem in den Griff zu bekommen. Dr. Stollhoff (Psychologin am Kinderneurologischen Institut Hamburg): „Moderne Amphetaminpräparate sorgen dafür, dass das Dopamin im Gehirn nicht so schnell abgebaut wird.“

Kein Wort über Nebenwirkungen wie z. B., daß der Dopaminvorrat durch Überstimulierung mit der Zeit erschöpft wird und das Problem Aufmerksamkeitsstörungen, mangelnde Impulskontrolle und Hyperaktivität nach Absetzen von Ritalin meist gravierender ist als vor der Einnahme.

## **Langfristige Nebenwirkungen sind pikanterweise Reizbarkeit und Nervosität.**

Im Artikel findet sich auch kein Hinweis auf kurzfristige Nebenwirkungen wie:

- Einschlafprobleme,
- erhöhter Blutdruck oder

- Appetitlosigkeit.

Ritalin steht im Verdacht, Herzanfalle mit Todesfolge bei Kindern zu verursachen, es erhöhet den Blutdruck und kann zu Herzrhythmusstörungen führen, und die Gefahr besteht, dass Kinder auf Ritalin während anstrengenden Spiels an Herzstillstand sterben. Es kann zu Blutkrankheiten wie Vaskulitis, Thrombozytopenie mit Atemnot, Leukopenie, verbunden mit Abwehrschwäche und Anemie kommen. Ritalin setzt die Krampfschwelle herab. D. h. Kinder ohne epileptische Vergangenheit können epileptisch werden. Epileptische Anfälle können bleibende Gehirnschäden verursachen. Ritalin kann auch bestehende Epilepsie verschlimmern.

Zu den wichtigsten Nebenwirkungen führen die Autoren des Buches: „Bittere Pillen“ bei Ritalin auf:

- „Sucht und Abhängigkeit bei Erwachsenen (bei Kindern sind diesbezügliche Berichte bislang nicht zweifelsfrei bekannt geworden).
- Bei Kindern sind Wachstumsverzögerung und verminderte Gewichtszunahme möglich“.
- Die zeitlich begrenzte Einnahme über einen Zeitraum von 3 Monaten ist bei kindlichen Verhaltensstörungen „umstritten“.
- „Eine gleichzeitige psychotherapeutische Begleitung ist in solchen Fällen unverzichtbar“.

## **Die Wirklichkeit sieht jedoch anders aus:**

Psychotherapie wird von vielen Ärzten als „wirkungslos“ bezeichnet, wie auch andere Möglichkeiten der Einwirkung zum B. über Ernährung, Ergotherapie, Wassershiatsu, Atemtherapie usw.

Das Fatale an Ritalin: Ritalin dämpft den Appetit, und die betroffenen Kinder nehmen noch weniger Nahrung zu sich, wodurch ihre Vitalstoffdefizite noch dramatischer werden.

Im übrigen vermute ich, dass durch Stimulanzien wie Ritalin, die den Herzschlag erhöhen, mehr Vitalstoffe wie Mineralien und Vitamine gebraucht werden als ohne.

## **Wachstumsbehinderung des Gehirns**

Als gravierendsten Nachteil von Ritalin betrachtet Breggin die dadurch verursachte Wachstumsbehinderung auch und gerade des Gehirns. Die Produktion von Prolaktin, ein bestimmtes Wachstumshormon, wird durch Ritalin gehemmt. Nach Verabreichung von Ritalin wog das Gehirn von Ratten weniger, als das ihrer Geschwister, die nicht mit Ritalin behandelt worden waren. Weitere Auswirkungen von einer Drosselung der Prolaktin-Ausschüttung sind noch nicht erforscht. Die Gehirndurchblutung nimmt unter Ritalin um 23% bis 30% ab.

Es sind Schäden an Blutzellen im Gehirn und kleine Blutergüsse zu beobachten.

Eine dauerhafte, irreversible Atrophie des Gehirns, d. h. ein Absterben von Gehirnzellen und eine Verkleinerung des Gehirns, ist bei 50% der Erwachsenen festzustellen, die als Kind Ritalin bekamen. Durchschnittlich hatten diese Erwachsenen eine 4% geringere Gehirnmasse und -gewicht als Vergleichspersonen. Die Verabreichung von Ritalin stellt einen massiven Eingriff in unser sensibles und nur unzureichend erforschtes Neurotransmitter-System dar.

Man hat festgestellt, dass Schwangere, die Ritalin nehmen, dadurch der Gehirnentwicklung ihres Ungeborenen Schaden zufügen und diese Kinder auch noch im Alter von 15 Jahren Intelligenzdefizite im Vergleich zu Altersgenossen aufweisen.

## **Langfristige Nebenwirkungen von Ritalin auf körperlicher Ebene:**

Eine langfristige Einnahme von Ritalin ist ein relativ neues Phänomen. Es gibt kaum Langzeitstudien. Es ist völlig ungeklärt, wie Ritalin in der Langzeitanwendung die

- Nieren,
- Leber,
- Herzen oder
- das Immunsystem

unserer Kinder beeinträchtigt.

## **Kinder als Versuchskaninchen!**

20% der Kinder erhalten Ritalin übrigens länger als 6 Jahre. Dazu sagt Dr. Mary Ann Block, Autorin von „No more Ritalin“: „Die Langzeitstudien werden gerade jetzt mit unseren Kindern durchgeführt, ohne dass die Kinder oder Eltern sich dessen bewusst sind.“

Der Hersteller macht im Beipackzettel klar: Über Sicherheit und Effektivität einer Langzeitanwendung von Ritalin in Kindern liegen keine Daten vor. Dokumentiert sind aber kurzfristige und langfristige Nebenwirkungen von Ritalin auf der seelischen Ebene:

- Nervosität,
- Selbstablehnung,
- Verwirrung,
- Anspannung,
- Unruhe,
- visuelle und akustische Halluzinationen,
- Verschlimmerung von Schizophrenie,
- paranoide Wahnvorstellungen,
- Psychosen,
- bizarres Verhalten,
- Projektionen,
- Trägheit,
- Angriffslust,
- Aggressivität,
- Gemütsflachheit,
- zwanghaftes Sprechen,
- Besorgnis,
- Störung der Traumphasen,
- erhöhte Euphorie,
- Depressionen,
- Ängstlichkeit,
- sozialer Rückzug,
- Reizbarkeit,
- Introvertiertheit,
- ein Mangel an positiven Affekten,
- psychotische Symptome

„Die psychopharmakologische Dämpfung erschwert den psychischen und geistigen Reifungsprozess der behandelten Kinder.“ („Schöne Neue Psychiatrie“, Peter Lehmann.)

Forscher wie Whalen und Henker beschreiben negative intellektuelle und soziale Konsequenzen der behandelten Kinder. Das Selbstwertgefühl wird herabgesetzt, weil die Kinder nicht sich selbst, sondern dem Medikament Erfolge im Verhalten oder bei schulischen Leistungen anrechnen. Viele Kinder sind unter der Wirkung von Ritalin ichbezogener und sozial isolierter und weniger kommunikativ. Bei fortgesetzter Behandlung verschlechtert sich das soziale Verhalten der Kinder nach Auskunft von Walter Eichlseder, Kinderarzt, München, zusehends.

Oft treten Symptome wie Aggressivität, extreme Unruhe und Weinerlichkeit erst auf, wenn die Wirkung von Ritalin nach etwa 4 Stunden nachlässt, als sogenannter „Rebound-Effekt.“ Kinder erleben dann oft Stimmungsschwankungen, Reizbarkeit und ausgeprägtere Hyperaktivität und Konzentrationsprobleme als vor Ritalineinnahme.

Verzweifelte Eltern geben abends noch eine Dosis Ritalin, wodurch die Kinder oft bis nach Mitternacht wach bleiben und durch Übermüdung auf die Dauer stimmungsmäßig labil und nervenschwach werden. Eltern wie Lehrer beobachten, daß Kinder nicht mehr spontan und begeisterungsfähig sind. Sie haben oft ihre Lebensfreude verloren, sind weniger glücklich als ihre Altersgenossen, und sie lächeln und lachen seltener. Man hat auch eine Verflachung der Gefühle, ein Absterben von Neugier, einen Verlust von Humor und Vergnügen beobachtet.

Gerade das, was wir an Kindern so lieben: ihre Lebensfreude, ihr Enthusiasmus, ihre Neugier, ihre Spontanität und ihr Lachen bleiben auf der Strecke. Welch ein Preis auf der seelischen Ebene dafür, dass Kinder "gefügiger", „pflegeleichter“ und „handzahmer“ sind! Dadurch passen sie mehr in das Ideal-Bild von Kindern das Eltern und Lehrer sich gebildet haben. Frei nach Fernseh-Rama-Familie und Werbeklischees.

## **Breggin stellte fest: „Ritalin kann ihr Selbstbild ruinieren.“**

„Wir missbrauchen unser Kinder mit Drogen, statt uns zu bemühen, bessere Wege zu finden, ihren Bedürfnissen zu entsprechen. Langfristig geben wir ihnen eine böse Lektion mit auf den Weg: dass Drogen die Antwort auf emotionale Probleme seien. Wir ermuntern eine Generation von Kindern, sich beim Aufwachsen auf Drogen zu verlassen, statt auf sich selbst und andere menschliche Ressourcen“.

## **Droge auf Rezept**

Breggin bezeichnet die großzügige Verschreibungspraxis als „nationale Tragödie“. „Wir zwingen Kinder Drogen zu nehmen, die sie nicht wollen, um sie zu zwingen zu Schulen zu gehen, die sie nicht mögen.“ In USA sind Eltern durch Gerichte gezwungen worden, ihren Kindern Ritalin zu geben! Viele Ärzte versichern besorgten Eltern, Ritalin sei eine Hilfe, die Wirklichkeit klar wahr zu nehmen.

Studien ergaben: Kinder unter Ritalin sind weniger glücklich als ihre Altersgenossen.

## **Ritalin als Partydroge**

In den USA wird mit Ritalin als „Vitamin R“ in Highschools gedealt.

Kosten: Zwischen 3 und 5 Dollar pro Tablette.

Es wird den kleineren Kindern, die es auf Rezept bekommen abgekauft.

Es sind bereits Todesfälle wegen Überdosierung zu beklagen.

In Großbritannien steht man Ritalin wesentlich kritischer gegenüber als in den USA.

1968 wurde Ritalin aufgrund seines Suchtpotentials vom schwedischen Markt verbannt.

Die WHO bezeichnet es als „am meisten abhängig machendes Medikament“ weltweit aufgrund seines hohen Missbrauchs-Potentials.

Die Nebenwirkungen von Amphetaminen bei Missbrauch wie Depressionen sind oft schlimmer als bei Kokain.

In der Drogenszene wird Ritalin als „Speed“ oder „Billigkoks“ gehandelt.

In den USA werden Erwachsene die in die Armee eintreten möchten, abgelehnt, wenn sie nach dem 12. Lebensjahr Ritalin genommen haben. Ritalin wird als Droge, die das Denken verändert eingestuft. Es handelt sich aber offiziell nicht um eine Droge, sondern um ein ärztliches verschriebenes Medikament auf Krankenschein!

Das Pentagon: „Alle Zweige der Armee lehnen Aspiranten ab, die Ritalin oder ähnliche Drogen nehmen oder genommen haben, die das Verhalten ändern.“ (Breggin)

## **Kinder unter Drogen**

Gene Chill kritisiert in ihrem Buch „Fakten über Drogen“ wie Ritalin „trotz der offensichtlichen Gefahren an Hunderttausende von Kindern abgegeben wurden. So wurden Jugendliche von „Speed“ abhängig, bevor sie überhaupt erwachsen waren. „Völlig überflüssiger Weise wurden Kinder unter Drogen gesetzt und erlitten emotionale und körperliche Schäden“.

- Ritalin löst keine Probleme sondern schafft neue.
- Ritalin bewirkt „leere Stellen“ in den Datenbanken des Gehirns, worunter
- das Erinnerungsvermögen leidet.
- „Erziehung wird unmöglich“. (Gene Chill)

Ritalin führt bei Tieren zu unsozialem Verhalten und führt zu sozialer Isolation. Es zeigt sich bei Tieren wie bei Kindern ein stereotypisches Verhalten wie das ständige Wiederholen von sinnlosen Aktivitäten. Die Zahl der Kinder und Jugendlichen zwischen 10 und 14 Jahren, die in Notaufnahmen von Krankenhäusern wegen einer Überdosis von Ritalin aufgenommen wurden, stieg in den USA zwischen 1990 und 1995 um das Zehnfache und erreichte 1995 das Niveau von Kindern und Jugendlichen derselben Altersgruppe, die dort wegen Kokain eingeliefert wurden.

Der Psychopharmaka-Boom bei US Kindern ist nicht vorbei. Ritalin wird von Adderall abgelöst, einem Amphetamin mit noch höherem Suchtpotential als Ritalin.

Der Kieler Toxikologe Carsten Alasen-Hinrichs: „Psychopharmaka wirken im Gehirn so undifferenziert wie eine Kanonenkugel, die zum Töten von Spatzen abgeschossen wird“.

## **Macht Ritalin süchtig?**

Kurz nach seiner Markteinführung Mitte der 50ziger Jahre wurde deutlich, dass Ritalin ein hohes Abhängigkeits und Suchtpotential mit sich bringt: „Suchtgefahr!“ und „Hohes Missbrauchspotential!“, so die Prof. Dilling und Reimer

„Die Sorge um die Behandlung so junger Menschen mit einer Substanz mit einem so eindeutigem Abhängigkeitspotential hat gerade bei Suchterfahrenen erhebliche Bedenken ausgelöst“.

Prof. med. Wolfram Keup: „Frühwarn-System-Bericht Nr. 117“: „Nach Haschisch stehen Ecstasy und Amphetamine an Nummer 2 der Drogenbeliebtheitskala in Europa.“ Dr. Block bezeichnet Ritalin als „legalisiertes Kokain“. Tim Benedick vom „Ohio State Pharmacy Board“: „Ritalin ist hoch suchterzeugend. Es handelt sich um Speed.“

Während der letzten 10 Jahre wurde die Ritalinspritze in Nordamerika die Ersatzdroge Nr. 1 für Heroin.

Der Hersteller von Ritalin Novartis, sieht sich in den USA mit einer Sammelklage im US-Staat Texas konfrontiert wegen mangelhafter Beschreibung der Nebenwirkungen.

## **Ritalin kann kein Ersatz für fehlende Betreuung, Liebe und Erziehung sein.**

Vielleicht ist eher eine Gesellschaft „psychisch krank“, die bedenkenlos ihre Jugend mit legalen Drogen vollstopft und sich viel zu wenige Gedanken um die Folgen macht.

Reduktion oder Absetzen nach längerem Gebrauch führt „zum charakteristischen Entzugssyndrom mit depressiver Verstimmung, Erschöpfung, Schlafstörungen, Heißhunger und ausgeprägtem Verlangen nach dem Wirkstoff“. Angst und Erregungszustände können ebenfalls auftreten. Die Symptome halten manchmal mehrere Wochen bis Monate an.

Chronischer Mißbrauch kann auch, aufgrund der andauernden zentralen Stimulierung, verminderter Nahrungsaufnahme und verkürzter Schlafdauer zu „totaler Erschöpfung körperlicher und seelischer Kräfte, verbunden mit einem Verfall der Persönlichkeit“, bis hin zum Zusammenbruch führen. Entzug: nur unter Absprache mit einem Arzt, nicht abrupt, sondern ausschleichend unter Aufsicht.

Die Situation, warum Ritalin gegeben wurde, kann nach Absetzen von Ritalin verschlimmert sein. Schon vor dem Absetzen von Ritalin sollte die Ernährung auf Vollwerternährung, mit einem hohen Frischkostanteil, möglichst aus Bio-Anbau, umgestellt werden.

Breggin plädiert dafür, mehr mit den Kindern zu reden, anstatt sie mit Pillen ruhig stellen zu wollen. „Jedes Mal, wenn wir ein Kind unter Drogen setzen, entscheiden wir uns für unsere Bequemlichkeit und unseren Seelenfrieden auf Kosten der wirklichen Bedürfnisse des Kindes. Es ist unethisch, ein Kind für unsere eigene Bequemlichkeit unter Drogen zu setzen. Es ist falsch, die Gehirnfunktion eines Kindes zu verzerren, um das Verhalten des Kindes „zu verbessern“.“

## **Alternativen**

Die Eltern müssen mehr über Therapien wissen, weil sie unangebracht sind oder dem Kind schaden können. Mendelson betrachtet die Ärzte als mitverantwortlich dafür, dass Millionen von Menschen von rezeptpflichtigen Medikamenten abhängig werden und mitverantwortlich dafür, dass Millionen zu illegalen Drogen greifen, weil sie schon früh gelernt haben, dass mit Pillen Leid, auch seelisches Leid bekämpft werden kann.

Menschen werden von Geburt an mit dem Glauben geimpft: „Gegen jedes Übel gibt es eine Pille“.

Medikamente sind nie Ursachentherapie, d.h. sie beschäftigen sich nicht mit den Ursachen eines gesundheitlichen Problems. Wir sollten also von ihnen keine Wunder erwarten! Wenn Kinder mit Hyperaktivität und Aufmerksamkeitsstörungen unter einem Vitalstoffdefizit oder schulischen oder familiären Problem leiden, kann ihnen Ritalin nicht wirklich helfen.



# Welche Alternativen gibt es nun zu Ritalin?

Sein Kind möglichst aus Bio-Anbau zu ernähren, mit mindestens 30% Frischkostanteil.

Auf der Negativliste stehen: künstliche Süßstoffe wie Aspartam und Saccharin sowie Geschmacksverstärker Natriumglutamat, weil sie in den Gehirnstoffwechsel eingreifen. Weiter: Weißmehl, Zucker, Süßigkeiten und Konservierungsstoffe, Konservenessen und Fertignahrung sollten radikal reduziert werden. Allergene sollten ausgetestet werden.

## Nährstoffempfehlungen:

Algen enthalten hochwertige Proteine und Omega 3 Fettsäuren, die zum Aufbau von Neurotransmitter notwendig sind. Zusätzlich: Leinöl um die Wirkung zu Verstärken.

Ernährung deckt oft nicht mehr den Vitalstoffbedarf, und bei Kindern, die noch im Wachstum sind, führt dies oft zu Störungen der Gehirnfunktion. Der Magnesiumgehalt von Möhren hat zwischen 1985 und 1996 um 57% abgenommen, der Calcium-Gehalt in Kartoffeln um 70%, der Folsäure-Gehalt von Brokkoli um 68%, der Vitamin C-Gehalt in Erdbeeren um 67%, usw.

[In unserer Rubrik "Was hilft bei was?" haben wir einen Beitrag zum Thema "Hyperaktivität" zusammengestellt, in welchem Sie unsere Vorschläge zu Ernährung und einer wirksamen Nährstofftherapie nachlesen können. <https://www.naturepower.de/index.php?id=1364>](https://www.naturepower.de/index.php?id=1364)

## Die ganzheitliche Sichtweise

Man geht davon aus, daß aufmerksamkeits-gestörte Kinder keinen Mangel haben, sondern eine besondere Begabung, die in der Schule nicht gewürdigt wird bzw. wurde. Diese Fähigkeit alle Reize gleich stark wahrzunehmen und alles mit allem zu verknüpfen, berge ein ungeheures Potential an Kreativität. Man muß es nur zu nutzen wissen. Kinder, die durch ihre Hyperaktivität in Sonderschulen sind, haben einen auffällig hohen IQ.

Nach der Erfahrung von Dr. med. Karl Hermes, Duisburg fehlen den Kindern bestimmte Vitalstoffe. Dadurch haben sie keine ausreichenden Vorräte an Neurotransmittern, speziell Serotonin. Serotonin wird im Hirn unter Anwesenheit von Vitamin B 6 und Tryptophan produziert. Tryptophan ist eine sehr wichtige Aminosäure. Wenn Tryptophan oder B 6 nicht ausreichend vorhanden sind, kann der Körper kein Serotonin herstellen.

Weiterhin besteht ein Überangebot von störenden Stoffen wie Phosphate, Zucker, Farb- und Konservierungsstoffen. Unser Zuckerkonsum ist viel zu hoch. Dieser führt zu unkontrollierten Blutzuckerschwankungen und am Ende zu Insulin-Resistenz, eine weit verbreitete Stoffwechselstörung.

Insbesondere Chrom als Mikronährstoff fehlt. Chrom Ist ein essentieller Mikronährstoff. Bei Fehlen, wächst das Verlangen nach Zucker. Je mehr Zucker wir essen, desto mehr werden unsere körpereigenen Chromvorräte erschöpft. Das erklärt, warum Kinder Süßes wollen und brauchen und gleichzeitig auch im Defizit sind. Hypoglykämie (Unterzuckerung) führt auch gleichzeitig zur Hyperaktivität.

Zudem gibt es Krankheiten, die überzufällig häufig das hyperkinetische Syndrom begleiten:

- Allergien
- Darmmykosen
- Amalgambelastungen
- Neurodermitis

## **Auf unseren Seiten finden Sie zu allen diesen Krankheiten viele Hinweise, was Sie dagegen tun können.**

Weitere Fragen: Existieren Rahmenbedingungen die ein bestehendes hyperkinetisches Syndrom in seiner Ausprägung verschlimmern? Und: Besteht ein bislang noch nicht näher definierter, essentieller Faktor?

Dazu Dr. med. Karl Hermes: „Die Schulmedizin spricht von einem essentiellen ätiologischen Faktor, wenn sie ihn zwar für obligat hält, ihn aber nicht kennt. Ich möchte mir nicht anmaßen diesen Faktor zu kennen, oder ihn naturwissenschaftlich exakt beschreiben zu können. Er geht davon aus, daß eine bremsende und eine beschleunigende Fraktion im Zentralnervensystem des Kindes miteinander kämpfen. Die Wirkung von Ritalin stützt dieses Denkmodell. Ritalin ist ein zentrales Analeptikum. Vom Ansatz her, müßte dieses Medikament, welches zentralnervös stimuliert, ein Hyperaktives Kind noch hyperaktiver machen. Es tritt jedoch die gegenteilige Wirkung ein. In dem Modell der bremsenden und beschleunigenden Fraktionen, kann es nur so sein, daß die bremsende noch stärker aktiviert wird und so jetzt die Überhand über die schon krankheitsbedingt übermäßig aktivierte beschleunigende Fraktion bekommt. Neuere anatomische und physiologische Vorstellungen von der Funktionsweise unseres Zentralnervensystems scheinen diese Modelle zu bestätigen.“