

**Zeitschrift:** SuchtMagazin

**Herausgeber:** Infodrog

**Band:** 31 (2005)

**Heft:** 3

**Artikel:** Negative Veränderung oder positive Weiterentwicklung?

**Autor:** Trappitsch, Daniel

**DOI:** <https://doi.org/10.5169/seals-800401>

### **Nutzungsbedingungen**

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

### **Conditions d'utilisation**

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

### **Terms of use**

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

**Download PDF:** 24.02.2026

**ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>**

# Negative Veränderung oder positive Weiterentwicklung?

**Eine mehrschichtige Betrachtung der Verhaltensauffälligkeiten, der Psychopharmaka und alternativer Ansätze der Prävention und Behandlung in Bezug zu der heutigen Zeit.**

DANIEL TRAPPITSCH\*

Welche Problematiken Verhaltensauffälligkeiten wie Hyperaktivität, Aggressivität oder auch Konzentrationsstörungen mit sich bringen können, ist wohl hinlänglich bekannt: hauptsächlich Unverständnis gegenüber dem Kind und Probleme für alle Beteiligten. Damit aber eine Problematik von Grund auf verstanden werden kann, braucht es einen umfassenden Überblick über die möglichen Ursachen.

Leider wird heute aufgrund Zeit- und Geldmangels oft darauf verzichtet, einen gesamten Überblick über die, in unserem Fall ausschlaggebende, Lebenssituation zu erhalten. Das führt zu einseitigen Entscheiden, die zumindest aus einem ganzheitlichen Gesichtspunkt meist nicht verstanden werden können und den Einsatz von süchtig machenden Psychopharmaka schlussendlich zu rechtfertigen scheinen.

Ein adäquater Entscheid kann nur dann wirklich getroffen werden, wenn die Situation in der Familie, der Schule, dem Umfeld als solches, der Ernährung und weiteren Einflüssen analysiert und in eine umfassende Mensch-Situation-Betrachtung mit einbezogen werden. Oft findet eine solche Situati-

onserfassung zwar statt, jedoch belässt man es bei einer rein materialistischen Betrachtung. Eine solche reicht bei weitem nicht aus, wenn man davon ausgeht, dass der Mensch aus wesentlich mehr als nur den physiologischen 2 Billionen Zellen besteht. Anders formuliert: Jeder Mensch ist ein Individuum und stellt eine einmalige «Laune» der Natur dar.

## Zeitzeichen

In den letzten Jahren nahm die Verschreibung von Psychopharmaka an Kinder und Jugendliche sprunghaft zu. Sogar Mitglieder des National- resp. Ständerates<sup>1</sup> zeigten sich besorgt über die Menge an hirnwirksamen Substanzen, welche unsere zukünftige Generation zu sich nehmen müssen. Dass mit diesen Medikamenten die Probleme nicht kausal gelöst werden können, zeigt die Entwicklung eindeutig auf: Immer mehr Kinder und Jugendliche sind verhaltensauffällig; immer mehr wird in die Schublade mit Ritalin oder ähnlichen Medikamenten gegriffen. Immer mehr Eltern weigern sich aber auch, ihrem Kind Substanzen, welche zu den Drogen oder Suchtmitteln gezählt werden, zu verabreichen, denn immer mehr wird von unerwünschten Nebenwirkungen berichtet.

Liegt dieser Trend der Mehrverschreibung des Hauptwirkstoffes von Ritalin, Methylphenidat<sup>2</sup>, nun in der negativen Veränderung des kleinsten, aber wichtigsten sozialen Gefüges, der Familie, oder liegt es am immer mehr in die Kritik geratenen Schulsystem, oder gibt es noch andere Gründe? Es wird wohl eine Mischung von allem sein. In jedem einzelnen Fall kann der eine oder andere Faktor eine kleinere oder grössere Rolle spielen und bedarf einer individuellen Betrachtung.

Im vorliegenden Artikel wird auch mal die Stufe der Materialität verlassen und

andere Einflüsse, welche nicht mit materiellen Gesetzmässigkeiten und Normen erklärt werden können, mit einbezogen. Denn immer mehr Menschen, vor allem Eltern, spüren, dass hinter den heutigen Kindern mehr steckt, als offiziell bekannt ist oder gegeben wird.

## Was ist eine Verhaltensauffälligkeit?

Es dauert immer eine gewisse Zeit, bis Symptome in einer Nomenklatur erfasst werden. Dies ist meistens dann der Fall, wenn die Anzahl der Betroffenen mit den gleichen Symptomen eine Höhe erreicht hat, die «interessant» genug wird, um nach den möglichen Ursachen und dann natürlich auch nach den entsprechenden Medikamenten oder Therapien zu suchen. So wurde z.B. Autismus bis 1943 nicht erfasst; es gab noch nicht mal eine einheitliche Bezeichnung. Bis heute ist dieses Krankheitsbild recht gut dokumentiert, auch wenn die Aussagen über die Ursachen immer noch Annahmen und keine gesicherten Erkenntnisse darstellen.

So gibt es auch noch keinen definitiven Nachweis für ADS, ADHS usw., lediglich einen Verhaltensmusterkatalog. Aus diesem Grund wurden bis dato einige Versuchsreihen gestartet. Mittlerweile glaubt man, das Krankheitsbild mit einer Minderfunktion des Gehirns im Frontalhirnlappenbereich erklären zu können. Eine Störung des Dopaminhaushaltes ist hier die evtl. Ursache. Hier wäre einzuwenden, dass alle Kinder apathisch auf Ritalin reagieren, nicht nur die Zappelphilippe. Die Aussage, ein Kind habe ADS, weil das Ritalin so gut wirkt, ist sehr einseitig, denn Ritalin wirkt bei allen Kindern.

Es gibt noch andere Formen von Verhaltensauffälligkeiten, wie Depression, Hypoaktivität oder auch die Aggressi-

\* Daniel Trappitsch, Naturheilpraktiker, Schulleiter, Chur. Email: info@gamfachschoen.ch, Tel: 081 / 285 16 10

on. Fällt nun ein Kind nicht negativ auf, was ausser bei der Aggression auch der Fall ist, finden oft keine therapeutischen Massnahmen statt, obwohl sicherlich auch depressive Kinder eine Behandlung nötig hätten.

### Grenzen setzen und Familien unterstützen ...

Die erste Darstellung eines «pathologischen» Falles von Hyperaktivität war der wohl allen bekannte Struwwelpeter. Mit Sicherheit wollen wir nicht die Zeit der körperlichen Züchtigungen zurück wünschen. Klar strukturierte elterliche Massnahmen wären aber in jedem Fall anzustreben – nicht in Form von Schlägen, sondern durch das Setzen eindeutiger Richtlinien und Grenzen unter Einbezug und in der Motivation von Liebe.

Anstrengungen für die Beschaffung der notwendigen Mittel müssen mittlerweile viel zu oft von beiden Elternteilen erbracht werden. Immer öfter bekommen die Kinder eine Schnur mit einem Schlüssel dran und sind bis zum Feierabend der Eltern auf sich selbst gestellt. Dass eine Sich-Selbsterziehung auch für gestandene Erwachsene sehr schwierig ist, kennt wohl jeder von uns. Kindern geht es da nicht besser!

Wenn sich die Politik dazu durchringen könnte, die Bedeutung der Wirtschaft und des Geldverdienen mit den Familien (StaatsbürgerInnen) und den Kindern (Zukunft) in Bezug zu setzen und eine wirkliche menschliche Familienpolitik zu betreiben, dann würden sich einige der Probleme im Zusammenhang mit der Verhaltensauffälligkeit von Kindern und Jugendlichen wie von selbst lösen. Kurzfristig würde die Wirtschaft vielleicht leiden; mittelfristig könnte aber mit dem Ersparnis im Gesundheits-, Sozial- und Rechtswesen und mit Hilfe motivierterer und qualitativ «besserer» junger Arbeitskräfte (siehe Pisa Studie!) die Wirtschaft gestützt werden. Diese Forderung an die Adresse der Politik bleibt leider reines Wunschdenken, denn über ein Drittel der Schweizer Parlamentarier ist mit der Pharmaindustrie verbunden und der Grossteil des Restes sitzt in irgend einem Verwaltungsratsmandat einer grossen Firma. Dass so nicht unabhängig politisiert wird, ist kein Geheimnis, wird auch offen zugegeben und kann fast täglich beobachtet werden.

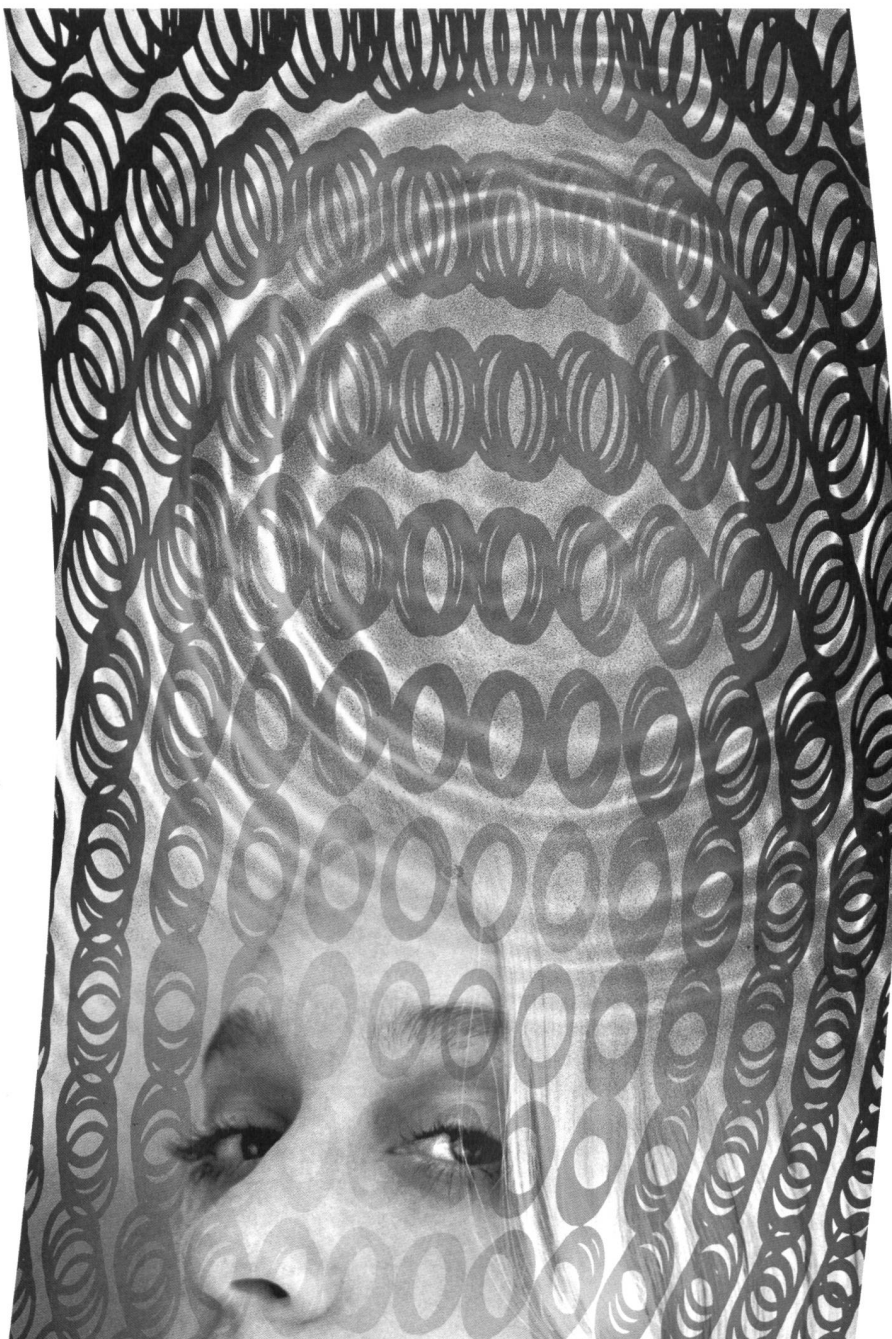
Ins gleiche Rohr bläst auch die Unesco, wenn sie die Schweiz dafür kritisiert, dass den arbeitenden Müttern zu wenig Unterstützung in Form von Tagesstätten zur Verfügung gestellt wird<sup>3</sup>. Keine noch so steile und lukrative Karriere ersetzt die Erfahrung mit dem Grossziehen der eigenen Kinder. Keine noch so gute Tagesstätte oder Pflege-mutter ersetzt die leibeigenen Eltern. Ein Fernseher oder PC-Spiel kann dies schon gar nicht.

### ... statt chemischer Behandlung des Eigensinns

Heute wird versucht, aus Geld-, Gekuld-, Wissens- und Zeitnot mit chemischen Mitteln ein künstliches Resultat zu erhalten, welches allen Beteiligten helfen soll: ans System angepasste Kin-

der und Jugendliche. Dies kann in höchst seltenen Fällen durchaus sinnvoll und notwendig sein. Voss<sup>4</sup> spricht diesbezüglich vom «Wandel von der mechanischen zur chemischen Behandlung des Eigensinns von Kindern». Stichwort Eigensinn: Die ursprüngliche Bedeutung dieses Wortes war «eigener Sinn und stolzer Mut». Laut Voss kehrte sich im 19. Jahrhundert das Positive des Wortes um. Seit dieser Zeit geht es immer mehr darum, den Eigensinn zu brechen. Gehorsam und Respekt vor der Obrigkeit ist Ziel der Erziehung. Und der Versuch, diese Gesellschaftskonformität zu erreichen, wird mit süchtig machenden Psychodrogen unterstützt.

Im Weiteren werden viele Eltern auch von den Behörden und dem Lehrpersonal unter Druck gesetzt und zu oft





unerwünschtem Handeln gedrängt. Dass hier auch ein Fehlverhalten der Lehrperson ein triftiger Grund für eine kleine «Revolution» des Kindes mit- oder gar hauptverantwortlich sein könnte, wird meist ausser Acht gelassen. Viele Lehrpersonen sind aufgrund der enormen Anforderung und Verantwortung ausgebrannt. Daran kann wohl kaum das Kind alleine schuld sein.

### Die eingeschränkte Sicht der Naturwissenschaft

In meinen Tätigkeiten – einerseits jahrelang im Unterrichten von Kinder- und Jugendgruppen in einer koreanischen Lebens- und Bewegungskunst und in schweizweiter Vortragstätigkeit, andererseits im Rahmen meiner Beobachtungen in der eigenen Praxis – sind mir die immer zahlreicheren verhaltensauffälligen Kinder und Jugendlichen (aber auch Erwachsenen) aufgefallen. Da die Suche nach der

effektiven Ursache zum Alltag eines naturheilkundlich orientierten Menschen gehört, begann ich nach möglichen Ursachen (keine Wirkung ohne eine Ursache!) zu suchen. Eine Ursache als allein gültig zu bezeichnen, widerspricht einerseits der Individualität des Menschen, andererseits aber auch der Erfahrung vieler naturheilkundlicher Fachkräfte. Vor allem aber muss die von der Naturwissenschaft (Schulmedizin) aufgestellte Behauptung, es handle sich bei den Verhaltensstörungen ursächlich um eine Stoffwechselerkrankung im Bereich der Gehirnsynapsen, nur als eine Auswirkung verschiedener anderer Ursachen angesehen werden.

Aus naturheilkundlicher Sicht gilt generell, dass der Körper lediglich ein «Erfolgsorgan» ist und entsprechend auf äussere und innere Einwirkungen reagiert.

Dass Materie nicht nur tote Materie sein kann, so wie dies bisweilen Glauben gemacht wird, stellten bereits

Albert Einstein und auch Max Planck fest, als sie unabhängig voneinander feststellten, dass letztendlich alles nur Energie sei, hinter der eine unbekannte Kraft wirke.

Mit der beschränkten materialistischen Sichtweise der Naturwissenschaft wird die Situation nie wirklich erfasst werden können. Wenn der Geist weiterhin lediglich als Resultat zufälliger Verschaltungen im Gehirn mit entsprechenden Auswirkungen auf den Menschen gesehen wird, dann wird auch die Naturwissenschaft weiterhin in einer Ohnmacht (ohne Macht) gegen Symptome wie Verhaltensstörungen stecken bleiben. Eltern, die ihre Kinder nicht zu verstehen und allumfassend kennen zulernen versuchen, werden in einer Ohnmacht stecken bleiben, die Stillstand und damit Rückschritt bedeutet.

Es braucht ganz klare Strukturänderungen in der Denkensart über das Wesen des Menschen, damit etwas für die Integration und das Verständnis der immer mehr um sich greifender Verhaltensauffälligkeiten bei Kindern und Jugendlichen erreicht werden kann. Neue Ansätze sind gefragt, denn wenn die gewohnte Praxis der schulmedizinischen und psychologischen Behandlungsansätze mittels gängiger Therapieformen wirklich die Lösung der ganzen Problematik darstellen sollte, dann müsste hier längst eine Verbesserung eingesetzt haben. Eine wirkliche Minderung von Verhaltensauffälligkeiten würde bedeuten, dass die Besserungen auch nach Absetzen von Heilmitteln oder Therapien weiter bestehen. Solche längerfristigen Behandlungserfolge werden jedoch hauptsächlich mit der Naturheilkunde erzielt. Psychopharmaka leisten in der Regel lediglich eine Symptom-Unterdrückung; sie haben oft einen negativen Einfluss auf die soziale und emotionelle Entwicklung und sie führen nicht sel-



ten in eine physische (oder auch psychische) Abhängigkeit.<sup>5</sup>

## Wissen gibt Kraft

Das Wissen um die Problematik der heute massenweise an Kinder und Jugendliche verschriebenen Psychopharmaka ist mittlerweile so gross, dass im Prinzip niemand sagen kann, er habe davon nichts gewusst.

Doch die Aneignung von Wissen ist nicht ganz so einfach. Oft kommen in den Medien lediglich so genannte Fachkräfte aus der Naturwissenschaft zu Worte. Andere, alternative oder gar feinstoffliche Sichtweisen werden zu oft zumindest zwischen den Zeilen als lächerlich und unwissenschaftlich deklariert. Wer sich heute sein Bild lediglich aus den grossen Zeitungen und den TV-Landeskanälen macht, muss mit einer einseitigen, wirtschaftstreu- en Meinungsmache rechnen. Ein wirklicher Entscheid für oder gegen etwas kann nur dann erfolgen, wenn alle Aspekte einer Sache bekannt sind. Erst dann ist ein Entscheid möglich, der kausal die Probleme lösen kann.

In unserer schnelllebigen Zeit, ist es sehr wichtig, dass sich auch die Menschen in ihrer Denkensart verändern und ihre Lebensmuster anpassen. Etwas das bis gestern Gültigkeit hatte, kann heute aufgrund neuer Tatsachen bereits nicht mehr gültig sein und morgen bereits als «schädlich» angesehen werden. Alte Denkmuster oder Dogmen müssen aufgelöst werden, damit eine gesunde Veränderung stattfinden kann. Wofür Menschen früher sterben mussten, sollten wir heute leben: die Bewusstmachung der feinstofflichen Zusammenhänge der Menschen untereinander und auch gegenüber der Natur und ihren Gesetzen. Dazu bedarf es keiner Dokortitel oder sonstigen Auszeichnungen, sondern lediglich eines gesunden Menschenverstandes, des Gefühls und der Intuition. Dies hat jeder Mensch als Grundanlage in sich. Leider werden auch heute noch Intuition und Gefühl durch die materialistischen Wissenschaften in den Bereich des Aberglaubens verbannt und von unwissenden Eltern z.B. die kindlichen Phantasien bereits in den frühesten Kinderjahren unterdrückt. Die NaturwissenschaftlerInnen (löbliche Ausnahmen ausgenommen) glauben lediglich an etwas, wenn sie es materiell messen, berühren und beweisen können.

## Schulmedizinische Behandlung

Schulmedizin oder Naturheilkunde? Diese Frage kann nicht beantwortet werden. Das soll sie auch nicht, denn jede ungeprüfte Übernahme einer Antwort, die man nicht selbst gefunden hat, heisst, eine fremde Meinung zu übernehmen. Der schulmedizinischen Behandlung einfach generell die Berechtigung abzuerkennen, wäre falsch. Der Einsatz von chemischen Mitteln hat ganz klar seine Richtigkeit. Der Rückgriff auf Ritalin kann z.B. dann gerechtfertigt sein, wenn eine Situation (Familie, Schule usw.) zu eskalieren droht, das Kind offensichtlich stark unter seiner Art oder seinem Defizit leidet oder aber alternative Methoden (noch) nichts gebracht haben. Mit diesem berechtigten Einsatz können alle Beteiligten «Luft» holen und Energietanken. Es sollte aber kein Dauerzustand werden, denn die Nebenwirkungen von Psychopharmaka, vor allem bei Kindern, können enorm sein.

Jedoch wird aus ganzheitlicher Sicht zu schnell mit Medikamenten, sprich Ritalin oder neuerdings Concerta (Ritalingenerikum), eingegriffen. Die schulmedizinischen Behandlungsan- und -grundsätze werden in diesem Heft noch genauer durch die entsprechenden Fachkräfte abgehandelt. Darauf möchte ich hier nicht eingehen. Jedoch erscheint es mir wichtig, die Ansicht der Naturheilkunde zu den Psychopharmaka darzulegen. Grundsätzlich lässt sich der Einsatz chemischer Mittel folgendermassen vergleichen: Nehmen wir einmal an, unser Schmuckstück, das Auto, rostet an einem kleinen Ort. Der einfachste und schnellste Weg, diesen Rost unsichtbar zu machen, ist, etwas Farbe darüber zu streichen. Leider geht es nicht lange, und der Rost drückt wieder durch. Irgendwann ist der Rost so grossflächig, dass er mit Pinsel und Farbe nicht mehr überdeckt werden kann. Dann braucht es eine grössere, aufwändigere und teurere Reparatur durch einen Autospengler. Seine Aussage könnte nun Folgende sein: «*Warum sind Sie nicht gleich gekommen, als der erste kleine Rostfleck aufgetreten ist? Dann wäre es kein Problem gewesen, den Rost zu beseitigen. Jetzt ist das Ganze sehr aufwändig.*» Tja, hätte man doch ...

Vielleicht ist das Beispiel etwas überspitzt. Wenn man aber die heutige

westliche Menschheit anschaut, ihren Konsum an chemischen Mitteln betrachtet und das Ganze mit der allgemeinen Gesundheit der Menschen vergleicht, dann ist die obige Rostentfernung kein Einzelfall. Das Gesundheitssystem ist ein krankes System, totkrank. Dies liegt ganz sicher nicht alleine an der Umweltverschmutzung. Hier sind andere Gründe eben so gewichtig.

## Hauptwirkstoff Methylphenidat (Ritalin)

Ritalin beeinflusst den Stoffwechsel des Gehirns, so die gängige Theorie. In den Hirnregionen, in denen Aufmerksamkeit und Bewegung gesteuert werden, fehlt der Neurotransmitter Dopamin. Neurotransmitter sind chemische Substanzen, die an den Synapsen (Endungen von Nerven) freigesetzt werden und bei der Kommunikation der Neuronen vermittelnd eingreifen. Sie haben also die Funktion eines Botenstoffes. Dopamin ist so ein Signalübertragungsstoff und beeinflusst im zentralen Nervensystem emotionale und geistige Reaktionen und steuert Bewegungsentwürfe wie die Mimik. Störungen im Dopaminhaushalt werden bei verschiedenen Erkrankungen beobachtet bzw. vermutet: So ist z.B. die Parkinson-Krankheit (Schüttellähmung) auf einen Dopaminmangel in bestimmten Bereichen des Gehirns zurückzuführen. Auch bei Schizophrenie dürfte ein Ungleichgewicht im Vergleich zum gesunden Menschen vorliegen. Neben seiner Funktion als erregender Neurotransmitter ist das Dopamin als Vorstufe des Noradrenalin und Adrenalin von Bedeutung.

Durch das Fehlen von Dopamin ist die Datenverarbeitung im Gehirn gestört. Warum das so ist, haben die Forschenden bisher nicht entschlüsselt. Ebenso wenig wissen (annehmen heisst nicht wissen) sie, was bei der Einnahme von Ritalin im Gehirn tatsächlich passiert und warum man die meist hyperaktiven Kinder mit einem aufputschenden Mittel paradoxerweise so weit beruhigen kann, dass sie dem Unterricht folgen und für einige Stunden angemessen funktionieren können. Die Substanz Methylphenidat gehört zur Gruppe der Amphetamine, welche in der Drogenszene einen hohen Stellenwert «geniessen». Die molekulare Ähnlichkeit der beiden Substanzen äussert sich auch in den möglichen Nebenwirkungen.

gen. Dem Fachbuch Pharmakologie und Toxikologie<sup>6</sup>, sind folgende Nebenwirkungen unter dem Gesamtbegriff Amphetamine zu entnehmen:

- Euphorie
- Gesteigertes Selbstvertrauen
- Erhöhter Aktivität
- Müdigkeit und Schläfrigkeit verschwinden (Missbrauch als Dopingmittel)
- Motorische Unruhe
- Gesteigerte Erregbarkeit mit Rededrang
- Gehobene Stimmung aber auch dysphorische (missmutige, unausgeglichene) Verstimmtheit
- Pupillenerweiterung, Mundtrockenheit, Herzrhythmuserhöhung, Blutdruckanstieg, Reflexsteigerung, Tremor (Zucken) Finger und Extremitäten

Als grösste Gefahr wird die psychische Abhängigkeit infolge der häufig vorkommenden missbräuchlichen Verwendung genannt. Man spricht hier von einem «Kick». In amerikanischen Schulen wird Ritalin auf dem Schwarzmarkt als Aufputzmittel verkauft. Mittlerweile häufen sich auch Anzeichen, dass Ritalin auch in Deutschland in den Markt eindringt.

Beachtet man die Zusammenhänge dieser möglichen Nebenwirkungen, dann fällt einem der Bezug zu einem nicht realen und abgehobenen Zustand sofort auf: der Mensch ist nicht mehr sich selber. Dass von jedem synthetischen Medikament Nebenwirkungen erwartet werden müssen, das wird sogar in naturwissenschaftlichen Kreisen zugegeben: keine Wirkung ohne Nebenwirkung. Andererseits unterliegt die Zuordnung oder die Anerkennung von Nebenwirkungen im Zusammenhang mit einem getesteten Wirkstoff jeweils den StudienleiterInnen. In den Impfstofftestreihen werden Nebenwirkungen, die kleiner als 1:1000 vorkommen, oft nicht erfasst. Es ist also gut möglich, dass eines von 2000 Kindern an einer Impfung stirbt, erfasst wird es aus Platzgründen wie gesagt nicht. Dies darf aus ethischer Sicht nicht sein, trotzdem ist es übliche Praxis<sup>7</sup>.

Weitere Beachtung verdient die Verkaufspraxis der Herstellerfirmen von Medikamenten durch ihre PharmareferentInnen. Wie mir ein befreundeter Apotheker mitteilte, wird durch die PharmareferentInnen starker Druck auf Verkaufsstellen wie Apotheken und

Ärztinnen/Ärzte ausgeübt. Einer wagte im Zusammenhang mit Ritalin sogar die Aussage: «Ob sie wollen oder nicht, wir werden den Markt für Ritalin schaffen, mit ihnen oder ohne sie!»<sup>8</sup>. Die Opposition gegen die massive Abgabe von Psychopharmaka an Kinder und Jugendliche regt sich nicht nur innerhalb der Naturheilkunde, wie unter [www.ritalin-kritik.de](http://www.ritalin-kritik.de) lesbar ist.

## Heilpädagogik

Die Heilpädagogik nimmt eine Mittelstellung ein: nicht klassisch schulmedizinisch, jedoch dort verwurzelt, aber auch nicht rein naturheilkundlich, jedoch mit starken Bezügen dazu. Ihre Dienste in Anspruch zu nehmen, ist oft hilfreich und auch angezeigt. Die Arbeitsweise gleicht sich dem naturheilkundlichen Denken in einem wichtigen Punkt: der individuellen Erfassung des Kindes und des Umfeldes und die individuelle Erstellung eines Therapieplanes. Diese zur sonstigen (naturheilkundlichen) Behandlung begleitenden Massnahmen kann ich, nach eigenen Erfahrungen, nur empfehlen.

## Naturheilkunde

Zum Einstieg möchte ich das Phänomen Sucht aus naturheilkundlicher Sicht beleuchten. Im Wort Sucht steckt das Wort suchen. Suchen nach was? Nach dem Sinn des Lebens oder nach etwas weniger «dramatischem»? Dass ein Mensch, der auf der Suche ist und nicht findet, was er sucht, unruhig oder gar aggressiv reagieren kann, kann nachvollzogen werden. Wie geht es nun den Kindern, welche hyperaktiv sind, sich nicht konzentrieren können? Sind auch solche Kinder am Suchen? Ja! Unsere Welt, mit ihrer verbreiteten künstlichen Angstmacherei, dem Druck der Wirtschaft auf die Eltern und damit auch auf die Kinder, ihrer Umweltverschmutzung und vielem anderem mehr, passt nicht auf unsere wunderbare Mutter Erde. Jeder Mensch sucht nach Ruhe, Liebe, Geborgenheit, Verständnis und manch anderem, was seine Seele berührt. Oder wie es Peter Reber in einem seiner Lieder singt: Der Mensch braucht den «*weissen Strand, in den er die «blutte» Seele legen kann*». Das gilt auch für unsere Kinder. Die Welt, in die Kinder heute geboren werden, entspricht nicht den urchristlichen Vorstellungen oder Lehrinhalten von

Friede und Freiheit. Es sind künstliche Zwänge da, denen Kinder gefühlsmässig ausweichen und dadurch natürlich als verhaltensauffällig dargestellt werden. Krank daran sind nicht die Kinder, sondern das System, welches die Kinder unter Zwänge stellt, die rein gefühlsmässig von den Kindern als unwahr und störend empfunden werden und entsprechende Reaktionen erzwingen.

Deshalb suchen Kinder eine Insel, auf die oder in die sie fliehen können. Das kann gut und gerne auch mal die Traumwelt sein. Solche Kinder können dann als unkonzentriert gelten und werden entsprechend behandelt. Andere Kinder versuchen, ihren Frust mittels entsprechender körperlicher Betätigung los zu werden. Solche Kinder gelten dann als hyperaktiv und/oder aggressiv.

Sollten wir als Erwachsene nicht versuchen, diese Kinder entsprechend finden zu lassen? Liebe, Geborgenheit, Verständnis, Achtung, Respekt und vieles mehr kann die bessere Lösung sein als der Einsatz von chemischen Keulen. Kinder, die in einem solchen Umfeld, zumindest in der eigenen Familie, aufwachsen, leiden viel weniger an Verhaltensauffälligkeiten, als Kinder aus einer zerrütteten Umwelt.

## Ernährung

Vieles, auch Verhaltensauffälligkeiten, könnten mit präventiven Massnahmen verhindert werden. Wichtige Punkte in diesem Zusammenhang sind die Ernährung und das Impfen.

Es wurden einige Studien mit verhaltensauffälligen Kindern und Jugendlichen im Zusammenhang mit der Ernährung gemacht<sup>9</sup>. Alle Studien, die nicht durch die Zucker- oder chemische Ernährungsindustrie gesponsert wurden, kamen zum Ergebnis, dass die Ernährung einen grossen Einfluss auf die ProbandInnen hat. Wurden die Kinder und Jugendlichen auf gesunde naturbelassene Ernährung gesetzt, besserte sich die Verhaltensauffälligkeit (auch Kriminalität!) innerhalb von zwei bis drei Wochen drastisch. Sobald wieder der gewohnte «Food» verabreicht wurde, fielen sie in die alten Muster zurück.

Bei einer weiteren Studie durften die ProbandInnen aus allem Essbarem von Hochwertigem bis zum Junk- oder Fast Food frei auswählen. Anfänglich nah-

men die Kinder wohl das von zu Hause gewohnte zu sich. Nach einer Woche stellten die Kinder jedoch ohne Druck auf gesunde Nahrung um. So viel zum Thema «*Mein Kind isst nichts anderes*». Vielleicht braucht es halt mal einen kleinen gut gemeinten «Druck», um das Kind in die richtige Bahn zu begleiten. Und wenn es halt keine Süßigkeiten zu Hause hat, greift das Kind ja vielleicht von selbst zum Apfel ...

### Zubereitung der Lebensmittel

Dass auch die Zubereitung eine grosse Rolle spielt, dass ist spätestens seit der Erkenntnis der qualitativen Unterschiede von gekochtem und gedünstem Gemüse bekannt. Sicherlich ist es hilfreich und spart Zeit, das Menu im Mikrowellenofen aufzuheizen. Die Nahrung wird damit aber regelrecht zerstört. Die extrem hohen Frequenzen von 2.45 GHz (ähnlich Handy und DECT Telefon) heizen die Zellen von

innen nach aussen so auf, dass v.a. die Eiweissstruktur zerstört und für den Menschen giftig wird. Von der Verwendung, vor allem vor der regelmässigen wird aus naturheilkundlicher Sicht ganz klar abgeraten.

Wichtig ist die Berücksichtigung von gesunder, naturbelassener Nahrung. Nicht zufällig nennt man hochwertiges Essen auch Lebensmittel. Der Ursprung dieses Wortes ist in der Bedeutung von Lebens-Vermittler zu finden. Konservendosen und vorgefertigte Nahrung sind sicherlich praktisch und zwischendurch auch kein Problem. Die Regelmässigkeit des Konsums solcher Nahrung kann, aufgrund der notwendigen Konservierungsstoffe, seine Probleme mit sich bringen. Viele Inhaltsstoffe (E-Nummern) sind chemisch hergestellt und haben, wie z.B. Glutamat (Geschmacksverstärker) hirn-wirksame Eigenschaften. Diese können das Individuum, nicht nur die Kinder, in ihrer eigentlichen Art negativ beein-

flussen, so dass nur schon durch das Absetzen von chemischen Zusatzstoffen eine Verbesserung im Verhalten erzielt werden kann.

### Biologische Nahrungsmittel

Aus naturheilkundlicher Sicht empfehlen wir grundsätzlich den Konsum von biologischen und naturbelassenen Lebensmitteln. Dazu eignet sich am besten der persönliche Kontakt mit einem Biobauern aus der Umgebung, wenn ein eigener Garten nicht möglich ist. Die Kosten für die Bio-Lebensmittel liegen so meist unter dem normalen Ladenpreis. Ausserdem wird der Biobauer direkt unterstützt und damit sein Weiterbestehen gesichert. Bioprodukte zu konsumieren ist nicht teurer, als in den grossen Lebensmittelgeschäften «normales» Essen einzukaufen: hochwertigere Produkte sind nährstoff-technisch viel ergiebiger (organische und damit verwertbare Substanzen).





## Milch

Immer noch gilt die Milch als das Nahrungsmittel schlechthin. Dass aber kein Säugetier, sobald es normal fressen kann, die Milch noch anrührt, dass wird zu wenig beachtet. Kein anderes Säugetier, ausser dem europäischen Homo sapiens, verträgt im Erwachsenenalter Milch. Der menschliche Organismus wäre eigentlich gar nicht fähig, das Milcheiweiss aufzuspalten. Der Organismus wird aufgrund der enormen Konsumation von Milch, dazu gezwungen. Es gibt Völker (Schwarzafrikaner, Chinesen, Indianer, Aborigines und viele andere Völker) die nach dem Milchkonsum Durchfall, Blähungen und Darmkoliken haben. Und warum? Weil ihnen das Enzym Lactase fehlt. So nebenbei bemerkt: Milch fördert den Abbau der Knochen und ist nicht, wie in der Werbung ersichtlich, knochenstärkend<sup>10</sup>.

Viele Kinder reagieren kurz nach der Geburt mit Milchschorf. In der pathologischen Bezeichnung ist schon ersichtlich, dass diese Hautausschläge etwas mit der Milch zu tun haben können. Auch wenn der Säugling gestillt wird, gehen die Milcheiweisse, die die Mutter zu sich nimmt, auf den Säugling über. Absetzen der Milch kann hier innert wenigen Tagen Abhilfe schaffen.

## Fleisch

Hormone sind Wirkstoffe, welche die vielfältigsten Wirkungen im Organismus ausüben. Nicht ohne Grund sagt man im Volksmund «*die Hormone spielen verrückt*». Kein Tier, welches getötet wird, um danach gegessen zu werden, freut sich darüber und produziert im Angesicht des Todes Glückshormone. Stress, Angst und auch Aggression sind hier schon eher vorherrschend. Das Fleisch, welches auf dem Teller liegt, beinhaltet diese Hormone, nebst den künstlichen Hormonen und anderen chemischen Wirkstoffen, die zur Wachstumsförderung und Krankheitsvorsorge verabreicht werden. Der heutige Fleischkonsum ist zu hoch. Täglich Fleisch kann für den Organismus sogar schädigend sein. Ein bis zweimal Fleisch pro Woche reicht völlig aus. Extrem fleisshessende Völker oder auch Glaubensgruppen, können auch mal durch Aggression gegenüber anderen Völkern auf sich aufmerksam machen. Die Reduktion von Fleisch, vor allem minderer Qualität kann eine Verhaltensauffälligkeit positiv beeinflussen.

## Jod

Jod ist gesund und verhindert die Kropfbildung. So zumindest wird mit der künstlichen Jodierung geworben. Das jodierte und fluoridierte Speisesalz ist meistens günstiger als das normale Kochsalz, also ist der Griff ins Regal gesteuert. Jod befindet sich, aufgrund der flächendeckenden Jodierung (Viehsalz, Viehfutter, Leckstein, jodiertes Salz in der Produktion und in der Küche usw.) mehrfach in allen erhältlichen Lebensmitteln und nicht nur im jodierten Speisesalz aus dem Handel. Jedoch ist diese Zwangsmedikamentation ein grosses gesundheitliches Problem: Fachkräfte gehen davon aus, dass 10 – 15% JodallergikerInnen sind<sup>11</sup>. Eines der Symptome<sup>12</sup>, die sogar physiologisch erklärt werden kann, ist die Hyperaktivität. Jod in Form von Jodid ist essentiell, lebenswichtig. Die Menge, die wir in der Schweiz und in allen anderen jodierenden Ländern zu uns nehmen, übersteigt aber bei weitem (bis zu 20fach) die notwendige Menge. Jod steuert den Stoffwechsel im Körper auf allen Ebenen, so auch im Hirn. Mit zuviel Jod wird die Stoffwechselaktivität angeregt, es entsteht ein Druck, sich mehr bewegen zu können/müssen. Fällt ihnen etwas auf? Den Jodbefürwortern leider nicht. Die Jod-Probleme sind aber sehr real, so wie die Hyperaktivität in der Schule.

## Fazit zur Ernährung

Grundsätzlich kann im Bereich der Ernährung folgendes gesagt werden: Meiden Sie alles, was nicht aus der Natur kommt oder einen industriellen Prozess durchlaufen hat. Meiden Sie künstliche Zusätze und Junk- und Functionalfood. Bereiten Sie die Nahrungsmittel schonend (Gemüse dämpfen) und ohne sie zu zerstören (wie in der Mikrowelle) her. Weisses Zucker kann, durch den Rohrohrzucker oder gar Stevia ersetzt werden. Meiden Sie jodiertes Speisesalz. Wenn Sie die Möglichkeit haben, dann kaufen Sie Ihre Lebensmittel in Frankreich ein: dieses Land jodiert (noch) nicht flächendeckend<sup>13</sup>. Für energetisch bewusst lebende Menschen: segnen Sie die Mahlzeit schon bei der Zubereitung.

Sich gesund ernähren ist sehr einfach möglich. Zwar braucht es etwas mehr Aufwand, der sich aber innert nützlicher Frist auszahlt.

Weitere Studien belegen, dass eine richtige Zuführung von Vitaminen und Mineralstoffen organischer Herkunft essentiell für eine richtige Funktion des Hirns ist. Hier wurden neben einer vollwertigen Ernährung sehr gute Erfahrungen mit der AFA Alge gemacht. Wie der Chemiker Abrams in seinem Buch ADHD<sup>14</sup> schreibt, wird mit der speziell für verhaltensauffällige Kinder präparierten Mischung «Kids.Plus» die Gehirnergie erhöht, was sich in Ruhe und Konzentrationserhöhung auswirkt. Leider sind Bestrebungen im Gange, den freien Zugang zu den Nahrungsergänzungen zu verbieten ([www.vitamininitiative.ch](http://www.vitamininitiative.ch)).

## Impfen

Dieses Thema ist aufgrund von Erfahrungen im Zusammenhang mit der heutigen Gesundheitssituation und natürlich auch der Verhaltensauffälligkeiten als eines der Wichtigsten<sup>15</sup>. Die Geschichte des Impfens ist seit Beginn eine Geschichte des Leidens, und viele Impfbefürworter mussten mit ansehen, wie die Geimpften erkrankten und oft auch daran starben. Trotzdem hat das Impfen heute einen grossen Stellenwert. Nicht gesundheitlich, eher wirtschaftlich, denn die Impfungen haben nachweislich nichts mit dem Verschwinden der Krankheiten zu tun.

Nach dem schweizerischen Impfplan werden mit zwei, vier und sechs Monaten die ersten Male gegen neun Krankheiten geimpft (Impfplan BAG). Zu diesem Zeitpunkt sind weder die Blut-Hirn-Schranke für Schadstoffe undurchlässig, noch ist das Hirn ausgereift oder das Immunsystem überhaupt in der Lage eine spezifische Immunität aufzubauen. Dies zeigt ja auch schon die Tatsache, dass wir nur einmal an Masern erkranken müssen, um danach lebenslang immun zu sein, dagegen aber immer wieder geimpft werden muss. Das Immunsystem kennt keine «halbe Immunität».

Die eingeimpfte Flüssigkeit enthält neben den Krankheitserregern viele weitere Substanzen. Unter anderem Aluminium, Formaldehyd, Chloroform und auch Quecksilber. Die heutigen Impfstoffe sollen laut Hersteller kein Quecksilber mehr enthalten. Dies ist aber falsch, wie eine Bernaberraterin (unvorsichtigerweise) selbst zugab. Jeder Impfstoff enthält noch Quecksilber. Oft aber in einer Menge, die



nicht mehr deklariert werden muss oder aber es wird innerhalb einer der 32 verschiedenen Bezeichnungen neben ‚Thiomersal‘ versteckt<sup>16</sup>.

Es ist bekannt, dass Quecksilber chromosomale Schäden auslösen kann. Dies umso mehr, als die Blut-Hirn-Schranke im Alter der ersten Impfungen noch keinen wirklichen Schutz darstellt. Die möglichen chromosomalen Hirnveränderungen stehen in Verdacht, Hyperaktivität und andere Verhaltensauffälligkeiten zu begünstigen. Alles auf die Impfungen abzuschreiben ist sicherlich nicht angebracht. Jedoch ist der Zusammenhang mehr als auffällig.

Aus eigener Erfahrung liegt mir folgender Fall vor: Ein hyperaktiver Junge, sechs Jahre alt, kam zu mir in die Behandlung, weil es die Eltern und die Kindergärtnerin nicht mehr aushielten. Nach etwa sechs Monaten Behandlung verminderte sich die Hyperaktivität so, dass er tragbar wurde. Zur Einschulung mit sieben Jahren, standen die nächsten Impfungen an, welche dann von der Mutter pflichtbewusst durchgeführt wurden. Nach diesen Impfungen konnten wir mit der Behandlung wieder von vorne beginnen: Der Junge war wieder genau so stark hyperaktiv wie vor der Behandlung. Zufall? Wohl kaum.

Das Thema Impfen ist eine leidige Geschichte, hilft das Impfen doch lediglich dem Umsatz der Pharmamultis. Es gibt in diesem Zusammenhang noch viele weitere Punkte, die das Impfen und die Impfpraxis in Frage stellen. Die entsprechenden Beweise liegen in vielen Büchern vor.

## Abschliessende Bemerkungen

Unsere Zeit ist hyperaktiv! Die Ansprüche unserer Zeit geben den Kindern und Jugendlichen, zumindest in den grossen Agglomerationen nicht mehr den Rahmen, den sie für eine gesunde Entwicklung brauchen. Die Kindheit wird von Verboten, Regeln und Richtlinien beherrscht.

Es braucht andere gesellschaftliche Formen, die wieder kinds- und menschengerecht sind. Die Menschlichkeit und das Miteinander müssen in den Vordergrund rücken, während dem die wirtschaftlichen Gelüste zweitrangig behandelt werden müssen. Aller Anfang ist schwer! Oder wie ein weiser Mann einmal sagte: «*Wer heute keine*

*Zeit für seine Gesundheit hat, muss morgen Zeit für seine Krankheiten haben!*»

Also kümmern wir uns schon heute in unserem nächsten Umfeld für eine gesunde Struktur, um natürliche Ernährung und eine ganzheitliche Gesundheitsvorsorge, damit wir morgen nicht leiden müssen, ganz speziell in Bezug auf unsere Zukunft, die Kinder. ■

### Fussnoten

<sup>1</sup> z.B. Christiane Brunner im Jahre 2000

<sup>2</sup> bis 2000%, Statistik 2002, BAG

<sup>3</sup> Schweizerische UNESCO Kommission, Zwischenbericht 2003 [http://www.unesco.ch/pdf/confin tea\\_zwischenbericht\\_08\\_03.pdf](http://www.unesco.ch/pdf/confin tea_zwischenbericht_08_03.pdf)

<sup>4</sup> Voss/Wirtz 1990, Seite 41

<sup>5</sup> Packungsbeilagen der diversen Psychopharmakas

<sup>6</sup> Pharmakologie und Toxikologie, Schattauer Verlag, 5. Auflage

<sup>7</sup> [www.impfkritik.de](http://www.impfkritik.de)

<sup>8</sup> Siehe Beobachter Nr. 7/2005 «Swissmedic: Die Pharmalobby übernimmt die Macht»

<sup>9</sup> Die Ernährungslüge, Hans Ulrich Grimm

<sup>10</sup> Wolfgang Spiller: Macht Kuhmilch krank? S. 71

<sup>11</sup> Dagmar Braunschweig-Pauli: Die Jod-Lüge. Das Märchen vom gesunden Jod. Herbig Gesundheitsratgeber

<sup>12</sup> Symptome können der Homepage [www.jod-krank.ch](http://www.jod-krank.ch) entnommen werden.

<sup>13</sup> Infos auch unter [www.jod-krank.ch](http://www.jod-krank.ch)

<sup>14</sup> Karl J. Abrams; Hans Ludwig, 2001: ADHD – Aufmerksamkeitsstörung und Hyperaktivität bei Kindern und Erwachsenen. Alternativen zur medikamentösen Behandlung. 2. Aufl. Neusiedl/See

<sup>15</sup> Siehe z.B. kritische Analyse der Impfproblematik: Anita Petek-Dimmer: Rund ums Impfen. 3. Auflage. Aegis Schweiz, [www.aegis.ch](http://www.aegis.ch).

<sup>16</sup> Wulf Splittstösser, 2003: Goldrausch. Oder die Frage: Sind Impfungen notwendig, geeignet und zumutbar? 3. Auflage.

