

## ADHS – Eine Diagnose oder eine Modeerscheinung?

Immer häufiger erhalten Eltern eine Diagnose „Ihr Kind hat ADHS“ oder es leidet unter starken Konzentrationsstörungen, die Sie dringend schulmedizinisch behandeln lassen müssen. Leider wissen wir mittlerweile auch das diese Behandlung nicht nur Vorteile hat, sondern auch Nachteile mit sich bringen kann. Einige gute und positive alternative Maßnahmen die Sie unterstützend anwenden können und sehr gute Erfolge haben, möchte ich Ihnen heute kurz vorstellen. Alleine eine Ernährungsumstellung, von bestimmten Lebensmitteln, sowie auch Bewegungstherapie, Verhaltenstherapie aber auch eine Darmsanierung, können dabei sehr Erfolgsversprechend sein.

### Wie wirken ätherische Öle?

Ätherische Öle enthalten wirksame Pflanzenstoffe in sehr konzentrierter Form. Daher ist eine kleine Menge schon ausreichend, um sehr gute Ergebnisse zu erzielen. Oft reicht es sogar schon, wenn man an den Ölen riecht. Dazu nimmt man 1-2 Tropfen in die Handflächen und inhaliert den Duft, so können die Moleküle über den Riechnerv direkt in das Gehirn gelangen und aktivieren dort diejenigen Gehirnareale, die Ihre Hormone, Gefühle und das vegetative Nervensystem kontrollieren. Auf diese Weise kann ein ätherisches Öl sehr positiv unsere Psyche beeinflussen.



Kürzlich hörten wir von einer betroffenen Mutter, die aufgrund von starken Nebenwirkungen, die ihr 11-jähriges Kind hatte, vom Arzt den Rat bekamen, die Medikation mit Ritalin abzusetzen, so dass sich der Körper erholen könne. Dies wurde mit Rücksprache der betroffenen Lehrkraft abgeklärt, weil dies natürlich erheblichen Einfluss auf das Schulverhalten des Kindes haben sollte. Die Eltern erfuhren, von der Anwendungsmöglichkeit mit ätherischen Ölen und ergriffen diese Chance. Nach ein paar Wochen wollte die Lehrkraft von den Eltern wissen, ob ihre Tochter wieder Ritalin bekäme, weil diese ruhig und konzentriert arbeiten würde. Was soll man hierzu noch sagen? Die Öle hatten hier, also den gleichen oder ähnlichen Einfluss auf das Verhalten des Kindes und es wurde ohne das Wissen der Lehrkraft bestätigt.

Ätherische Öle mit einem hohen Gehalt an Sesquiterpenen sind dafür ganz besonders geeignet. Man spricht hier von sekundäre Pflanzenstoffe, die dem ätherischen Öl diese Wirkung verleiht, um u.a. Aggressivität zu mildern, beruhigen und Ängste lösen aber auch das Selbstvertrauen stärken.

Zu diesen essentiellen Ölen, gehören Vetiver, Kamille, Lavendel und Sandelholz.

Vetiver wird als eines der ausgezeichnetsten Mittel gegen ADHS geschätzt. Es wirkt beruhigend, balancierend und fördert die Konzentration.

In einer wissenschaftlichen Studie von Dr. med. Terry S. Friedman konnte gezeigt werden, dass sich Vetiver-Öl hervorragend zur Behandlung von hyperaktiven Kindern mit diagnostiziertem ADHS eignet.

<http://files.meetup.com/1481956/ADHD%20Research%20by%20Dr.%20Terry%20Friedmann.pdf>

**Haftungsausschluss: Dieser Beitrag soll nicht als medizinische Beratung verstanden werden und dient lediglich zu Informationszwecken. Sie sollten immer ihren Arzt konsultieren, bevor Sie eine Behandlung anfangen oder stoppen.**