

LERNSTÖRUNGEN bei Kindern ganzheitlich behandeln

Teil 2 – Fortsetzung aus Paracelsus 03.15

Die Ursachen für Lernstörungen rühren aus Störungen im Bewegungsapparat, im Stoffwechsel sowie in der Psyche, weshalb eine ganzheitliche Betrachtungsweise sinnvoll ist.

Ursachen im Stoffwechselgeschehen Unser Körper ist die reinste Chemiefabrik. In jeder Körperzelle laufen ununterbrochen chemische Reaktionen ab. Dafür werden Substanzen über das Blut zu den Zellen hin transportiert, in die Zelle eingeschleust, dort weiterverarbeitet und wieder ins Blut oder die Gewebsflüssigkeit abgegeben. Dafür muss der Körper ausreichend mit allem Notwendigen versorgt werden. Bei Mängeln an einzelnen Vitaminen oder Mineralien leidet das Nervensystem ebenso wie alle anderen Zellen des Körpers, da sie diese Substanzen brauchen. Schauen wir uns nun verschiedene Erkrankungen oder Störungen an, die durch eine veränderte Stoffwechselsituation ausgelöst werden.

Aufmerksamkeitsdefizit (ADS)/Hyperaktivitätsstörung (ADHS) Das Aufmerksamkeitsdefizitsyndrom ist eine Verhaltensstörung, die sich in einem Mangel an Aufmerksamkeit und Konzentration und gleichzeitig starker Impulsivität äußert. Es gibt zwei Varianten der Störung: Einmal in Kombination mit Hyperaktivität – dann spricht man von ADHS – oder ohne – dem ADS. Die Kinder können sich nicht lange auf eine Aufgabe konzentrieren und zeigen manchmal auch ein gestörtes Sozialverhalten. Als Ursache wird ein minimaler frühkindlicher Hirnschaden oder eine veränderte Verarbeitung im Hirnstoffwechsel, vor allem beim Dopamin, diskutiert. Diese Hirnstoffwechselstörung ist vererbbar und daher können mehrere Familienmitglieder darunter leiden.

Die Diagnose ist eine Ausschlussdiagnose, d. h., dass alles andere, was ein ähnliches Symptombild macht, ausgeschlossen werden muss. Es gibt keine Diagnostik, die zwingend beweist, dass ein Mensch an diesem Störungsbild erkrankt ist. Daher braucht es auf jeden Fall eine äußerst gründliche Untersuchung.

Alles, was in diesem Artikel vorgestellt wird, kann ein von ADS/ADHS betroffenes Kind zusätzlich haben. Oder die anderen Probleme wirken sich so aus, dass es nur so aussieht, als habe dieses Kind ADS/ADHS. Wenn unter naturheilkundlicher Therapie die Symptomatik verschwindet, war es garantiert kein ADS, denn eine genetische Störung verschwindet nicht einfach. Wenn die Symptomatik besser wird, aber nicht verschwindet, kann es sein, dass das Kind zwar betroffen ist, aber durch Beseitigung der zusätzlichen Störfaktoren nun in die Lage versetzt wird, auch ohne Medikamente (z. B. Methylphenidat) einen Alltag zu bewältigen. Sollte die Symptomatik unverändert bestehen bleiben, dann ist der Einsatz dieser Präparate zu erwägen. Es stellt aber einen ärztlichen Kunstfehler dar, wenn die Therapie ausschließlich mit Medikamenten erfolgt.

Unter dem Einfluss der Medikation kann das Kind sich besser steuern und ist aufmerksamer, sodass andere Therapien besser greifen.

Die Schilddrüse als Taktgeber des Stoffwechsels Die Schilddrüse ist eine Hormondrüse unterhalb unseres Kehlkopfes. Sie ist eingebettet in den hormonellen Regelkreis, d. h., sie arbeitet nicht autark, sondern im Verbund mit den anderen Hormondrüsen und wird von diesen beeinflusst. Sie gibt den Takt an, in dem der Stoffwechsel läuft. Bei einer Unterfunktion der Schilddrüse (Hypothyreose) werden wir u. a. langsamer, träger, konzentrationsschwach und lustlos. Bei einer Überfunktion der Schilddrüse (Hyperthyreose) finden wir häufiges Wasserlassen, Schwitzen, Herzbeschwerden, Unruhe, Zittern und können unter Stimmungsschwankungen leiden, also himmelhochjauchend-tiefbetrubt sein. Schulmedizinisch wird die Schilddrüsenfunktion vor allem über Blutuntersuchungen beurteilt. Eine Mutter, die wegen Schilddrüsenunterfunktion Hormone einnehmen muss, sollte in der Schwangerschaft alle vier bis sechs Wochen die Hormone bestimmen lassen. Denn in der Schwangerschaft steigt der Bedarf an Hor-

monen um bis zu 50%! Meist muss schon direkt mit Feststellung der Schwangerschaft die Hormondosis etwas angehoben werden. Leichte mütterliche Hormonschwankungen können im Mutterkuchen durch Enzyme ausgeglichen werden. Eine starke Unterfunktion bei der Mutter kann zu verminderter Intelligenz und Entwicklungsstörungen des Kindes führen.

Kryptopyrrolurie (KPU) Das Wort „krypto“ kommt aus dem Griechischen und heißt „versteckt“. Pyrrole sind Bausteine von rotem Blutfarbstoff und Eiweißen, die beim Abbau der roten Blutkörperchen als Bestandteil der Gallensäuren im Stuhl ausgeschieden werden. Bei der Pyrrolurie werden die Pyrrole nicht an die Gallensäuren gebunden und mit dem Stuhl, sondern ungebunden über den Urin ausgeschieden. Dabei bilden sich Komplexe mit Zink und Vitamin B6. Von dieser Enzymstörung sind ca. 10% der Bevölkerung betroffen, wobei der Anteil der Betroffenen bei bestimmten Diagnosen wie AD(H)S wesentlich höher liegt.

Durch den mehr oder weniger gravierenden Mangel an Zink und Vitamin B6 ergeben sich die vielfältigen Störungen in Stoffwechselprozessen, die ein entsprechend breites und oft diffuses Symptomspektrum und weitere Nährstoffmängel nach sich ziehen. Betroffen sind Immunsystem, Glukose- und Eiweißstoffwechsel, zentrales Nervensystem und Hormonhaushalt.

Pyrroliker leiden daher möglicherweise an inneren Spannungen, AD(H)S, Panikattacken, Depressionen, Konzentrationsstörungen, psychotischen Störungen, Müdigkeit, Erschöpfung, Stressintoleranz, schlechtem Kurzzeitgedächtnis, fehlender Trauerinnerung, Muskelschwäche, Hautproblemen, Migräne, Kopf-, Bauch- und Rückenschmerzen, Allergien, Nahrungsmittelunverträglichkeiten, gestörter Darmflora, Kreislaufschwäche, Blutdruckproblemen, erhöhtem Homocystein, Gelenkbeschwerden, Geräusch- und Geruchsüberempfindlichkeit, Sonnenbrandneigung, Zyklusstörungen bei Frauen, Problemen bei der Glutathion-Synthese (ein wichtiger Entgiftungsweg unseres Körpers) und der Detoxifikation (Entgiftung) von Schwermetallen, Pestiziden u. v. m. Die Diagnose wird normalerweise über eine Urinuntersuchung gestellt.

Durch die entsprechenden Nahrungsergänzungen, ggf. die Einhaltung einer individuellen Diät und verschiedene homöopathische oder pflanzliche Medikamente bessern sich die Symptome der Betroffenen deutlich. Gerade bei Kindern, die durch ihr geringeres Lebensalter noch nicht so viele Folgesymptome haben, ist

die Behandlung der Symptome Bauchschmerz, Konzentrationsstörung, Ängstlichkeit, schlechtes Kurzzeitgedächtnis, Aufmerksamkeitsstörung und Überempfindlichkeit auf Geräusche oft beeindruckend.

Ohne gute Ernährung geht es nicht Durch unsere Ernährung sollen wir nicht nur die Zunge verwöhnen oder den Magen füllen, sondern sie dient dazu, dem Körper für den Stoffwechsel alle benötigten Substanzen in ausreichendem Maße zur Verfügung zu stellen. Das bedeutet, dass wir mindestens zu 60% Gemüse, Kartoffeln, Obst und nur maximal 40% von allen anderen Lebensmitteln essen sollten. Je hochwertiger, frischer und abwechslungsreicher die Lebensmittel sind, desto besser. Bei einer Unterversorgung stellt der Körper vor allem die Versorgung der Überlebensfunktionen sicher. Alle anderen Funktionen, z. B. auch die der Konzentration, werden nachrangig behandelt. Der Nervstoffwechsel benötigt u. a. Magnesium, Zink, B-Vitamine, Vitamin C und Fettsäuren. Wie es der Name „Nahrungsergänzung“ schon sagt, sollten solche Präparate nur die natürliche Ernährung ergänzen und nur dann gegeben werden, wenn wirklich sichergestellt ist, dass sie auch benötigt werden. Leider enthalten viele dieser Ergänzungen auch bedenkliche Hilfsstoffe, die Unverträglichkeitsreaktionen auslösen können.

Bei Mangel an wichtigen Vitalstoffen sind wir zunächst einfach nicht mehr so leistungsfähig. Zink z. B. wird in ca. 200 verschiedenen Stoffwechselsystemen benötigt. Wenn wir Mangel daran haben, dann wird der Körper den Mangel nicht gleichmäßig verteilen. Zuerst wird er den lebenswichtigen Organen und Funktionen so viel Zink zur Verfügung stellen, wie es ihm möglich ist und daher den Mangel eher bei den Funktionen zulassen, die ihm als weniger wichtig erscheinen. Dem Körper ist die Rechtschreibung oder die Englischvokabel nicht so wichtig, wie die Funktion von Darm oder Nieren. Bevor die Funktion der inneren Organe in Mitleidenschaft gezogen wird, wird der Körper eher Probleme beim Lernen und Konzentrieren zulassen.

In allererster Form sollte die Zufuhr der wichtigen Vitalstoffe über die Ernährung geschehen. Schon Hippokrates sagte im Altertum: „Eure Nahrungsmittel seien eure Heilmittel und eure Heilmittel seien Nahrungsmittel.“ Leider sind viele Nahrungsmittel zu Magenfüllstoffen verkommen und verdienen nicht mehr die Bezeichnung „Lebensmittel“. Nicht nur, dass der Gehalt an wichtigen Vitalstoffen zurückgeht, die Lebensmittel sind häufig denaturiert, verarbeitet und durch Pestizidrückstände

belastet, was einen erhöhten Nährstoffbedarf nach sich zieht. Deshalb sollten Lebensmittel aus biologischem Anbau bevorzugt und diese möglichst frisch verwendet werden.

Es bringt in der Regel nicht viel, eine Multivitaminpille zu verabreichen, um dem Gehirn alle wichtigen Vitamine und Mineralien zuzuführen. Denn Gott sei Dank haben wir selten Mangel an all diesen Substanzen. Da sie frei verkäuflich sind, enthalten sie nur geringe Mengen, wodurch sie den Mangel, den sie ausgleichen sollen, nicht beheben können. Zudem enthalten sie oft viele Farb-, Geschmacksstoffe oder Lacküberzüge, die wir nicht brauchen, also erst aufnehmen und dann wieder ausscheiden müssen. Damit belasten wir den Stoffwechsel unter Umständen mehr, als dass wir davon profitieren, denn diese Zusatzstoffe können sogar Unverträglichkeiten oder Allergien auslösen. Zum Beispiel wird Zink nicht nur eingenommen, sondern es wird an eine weitere Substanz gebunden. Die Tablette könnte also Zinkaspartat, Zinkgluconat oder Zinkorotat enthalten – schwierig, das optimale Präparat auszuwählen. Der Muskeltest ist eine sehr gute Möglichkeit, den Körper selbst entscheiden zu lassen, was er braucht.

Das wichtigste Lebensmittel für unseren Körper ist übrigens Wasser. Ausreichend zu trinken fördert die Konzentrationsfähigkeit und verhindert Kopf- und Rückenschmerzen sowie Müdigkeit.

Zu viel Zucker Noch vor 200 Jahren aßen wir nur zwei Kilogramm Zucker im Jahr. Inzwischen essen wir die gleiche Menge in weniger als zwei Wochen! Damit schaffen wir in einem Jahr die Menge, die früher in 26 Lebensjahren (!) gegessen wurde. Das hält der Körper auf Dauer nicht aus.

Zucker ist eine beruhigende Droge, die, wie ein führender Wissenschaftler einmal festgestellt hat, mehr Krankheit, Unglück und Tod aufgrund von Fettstoffwechselstörungen und physiologischem Schaden angerichtet hat, als alle anderen Drogen zusammen. Als Droge gehört sie in die gleiche Kategorie wie Alkohol. Eine kleine Menge schadet uns nicht sofort. Wir dürfen es nur nicht übertreiben.

Jedes einzelne Nahrungsmittel versorgt uns mit Energie. Wir brauchen keinen zusätzlichen Zucker. Dieser wird sehr schnell in den Blutkreislauf aufgenommen und führt so zu einem starken Anstieg an Blutzucker. Fragen Sie doch einmal einen Diabetiker, wie er sich fühlt, wenn der Blutzucker zu hoch ist. Er wird Ihnen sagen, dass er u. a. nicht mehr so klar denken kann. Der Körper reagiert sofort bei zu hohem



© Picture-Factory - Fotolia.com

Blutzucker. Um diesen hohen Zuckerspiegel zu normalisieren, muss die Bauchspeicheldrüse Insulin ausstoßen. Da Eile geboten ist, wird zu viel Insulin produziert, das den Blutzuckerspiegel zu weit absenkt und zu einem Zustand führt, den wir Hypoglykämie oder Unterzuckerung nennen. In der Unterzuckerung sind wir zappelig, unruhig und eventuell sogar aggressiv. Unter anderem können auftreten: Erschöpfung, Depression, Unruhe, Ängstlichkeit, schlechte Konzentration, ärgerliche Gereiztheit, Schwindel, Verwirrung, Kopfschmerzen, Schwitzen, Muskelschmerzen, Gelenkschmerzen, Rückenschmerzen, Verdauungsstörungen, Herzsensationen und vieles mehr.

Die meisten von uns essen einfach zu viel Zucker. Gerade Produkte, die speziell für Kinder angeboten werden, sind süßer, als es gut für uns ist. In der Folge erkranken wir dann an Hormonstörungen, Übergewicht und Diabetes mit all seinen Spätfolgen wie möglicherweise Dialyse pflichtiger Nierenschädigung, Amputationen und Erblindung durch Gefäßschädigungen.

Mir haben viele Eltern bestätigt, dass ihre Kinder umgänglicher wurden und konzentrierter arbeiteten, nachdem zu Hause der Zuckerkonsum eingeschränkt wurde. Eine Mutter schilderte mir mal, dass sie nun endlich mit dem, was sie sage, wieder zu ihrem Kind „durchdringe“. Vorher sei der Junge wie geistesabwesend gewesen. Sie habe den Eindruck gehabt, hauptsächlich gegen die Wand zu sprechen.

Ein Grund für „Zuckersucht“ kann eine Belastung mit Candida-Hefepilzen in der Darmflora sein. Hierüber gibt eine Untersuchung der Darmflora im Stuhl Auskunft. Da die Hefepilze Fuselalkohole bilden, können sie zusätzlich die Leistungsfähigkeit der Schüler beeinträchtigen.

Neben Candida beherbergen wir manchmal auch andere Schmarotzer im Darm, die Parasiten. Neben Juckreiz am After oder (vor allem morgendlicher) Übelkeit und Bauchschmerzen können je nach Parasitenart Schlafstörungen, Reizbarkeit, Konzentrationsstörungen, allgemeines Unwohlsein und Appetitlosigkeit auftreten. Sie können Allergien und generalisierten Juckreiz (Urtikaria) auslösen.

Allergien/Unverträglichkeiten Dass sich ein Kind mit Neurodermitis nicht gut konzentrieren kann, weil die Haut ständig spannt und juckt, kann sich jeder gut vorstellen. Auch dem Pollenallergiker wird es schwerfallen, sich auf den Lernstoff zu konzentrieren, während die Augen jucken oder tränen und die Nase läuft. Neben diesen offensichtlichen Symptomen gibt es weitere, die nicht unbedingt sofort

an eine Allergie oder Unverträglichkeit denken lassen. So können Kopf- und Gelenkschmerzen, Migräne, Müdigkeit, Konzentrationsstörungen, emotionale Unausgeglichenheit, Infektanfälligkeit, Tachykardie, Verdauungsstörungen jeder Art und häufige Mittelohrentzündungen ein Hinweis auf eine Allergie oder Unverträglichkeit sein.

Ein Nachweis ist nicht immer einfach. Aber neben dem Weglassen von verdächtigen Stoffen hilft der Muskeltest der AK (s. Teil 1). Einige Botenstoffe des Immunsystems, die bei Allergien ausgeschüttet werden oder bei Unverträglichkeiten nicht genügend abgebaut werden können, wirken auch als Neurotransmitter und bringen so den Nervstoffwechsel durcheinander.

Gestörte Entgiftungsfunktion Zu den Ausscheidungs- und Entgiftungsorganen zählen Darm, Niere, Leber, Lunge und Haut. Im Idealfall können wir gleich nach der Aufnahme alles, was wir nicht mehr benötigen oder was uns sogar schädigen könnte, über Darm und Niere ausscheiden. Die Leber hat als Hauptstoffwechselorgan u.a. die Aufgabe, die mit der Nahrung zur Verfügung gestellten Substanzen für den Körper verwertbar zu machen und schädliche Stoffe so umzubauen, dass sie über die Galle in den Darm oder über das Blut durch die Nieren ausgeschieden werden können. Der Mensch lebt heute in einer Umwelt mit vielen unnatürlichen Substanzen, die den Körper an die Grenze seiner Entgiftung bringen und darüber hinaus. Diese reichern sich dann im Körper an und stören die normalen Stoffwechselvorgänge. Von einigen Stoffen ist bekannt, dass sie die kindliche Entwicklung beeinträchtigen und neurotoxisch wirken können. Das gilt sowohl für Schwermetalle wie auch für chemische Substanzen.

Psychische Ursachen – Erziehung Kinder brauchen Erziehung. Erziehung will die Kinder an die Hand nehmen, bis sie selbst in der Lage sind, alle Entscheidungen in eigener Verantwortung zum Guten für sich und andere zu fällen und dann diese „Erziehung“ selbst weiterzuführen, indem sie aus eigenen Erfahrungen lernen. Sie will die Kinder fit machen für das Leben, das nicht nur aus Frieden, Glück und Zufriedenheit besteht. Kinder sollen lernen, dass es zum Leben gehört, auch mal Fehler machen zu dürfen, sich ausprobieren zu dürfen, wie es mit Schwierigkeiten umgehen und sie durchstehen kann und nicht sofort die Flinte ins Korn werfen soll. Das lernen sie vor allem, indem sie es bei ihren Eltern abschauen. Die Eltern geben die Regeln vor und setzen die Grenzen, die ihre Kinder brauchen, damit

sie sich auch psychisch gesund entwickeln. Erziehung ist dabei immer individuell und Eltern sollten sich nicht scheuen, sich notfalls professionelle Hilfe zu holen, wenn Fragen oder Probleme auftauchen.

Schon im Kindesalter gibt es psychische Erkrankungen wie z.B. Depressionen. Oft sind es aber einfach nur leichte Beeinträchtigungen, die mit einer naturheilkundlichen Behandlung schnell gebessert werden können. Dafür stehen die verschiedensten pflanzlichen und homöopathischen Mittel zur Verfügung, zu denen auch die Bach-Blüentherapie gehört. Mit NLP (Neurolinguistisches Programmieren) kann zudem das Selbstvertrauen der Kinder gestärkt werden. Eventuell sollte eine systemische Familientherapie in Betracht gezogen werden. Kinder sind stark im Familiensystem eingebunden und zeigen als Symptomträger manchmal eine Schwäche in diesem System auf.

Fazit Viele Kinder kämpfen sich tagtäglich durch einen sehr anstrengenden Schulalltag und bekommen doch immer nur schlechte Rückmeldungen. Sie verdienen unseren größten Respekt für diese Leistung und vor allem Hilfe. Sehr häufig konnte ich den Kindern schon in meiner Praxis helfen, oft waren die Fortschritte riesengroß.

Brigitte Vogt

Heilpraktikerin und Lerntherapeutin mit Praxis in Winterberg, Expertin für Kinesiologie, Homöopathie, NLP und Familienstellen



Brigitte-Vogt@gmx.de

Literatur

Vogt, Brigitte: Lernstörungen bei Kindern. Ursachen ganzheitlich erkennen – nachhaltige Lösungen finden. MAM Verlag

Brakebusch, Leveke; Heufelder, Armin: Leben mit Hashimoto-Thyreoiditis. Zuckerschwerdt Verlag

Informationen zu Kryptopyrrolurie: www.kpu-berlin.de

Vogt, Brigitte: Vitaminpillen & Co. – wirklich nötig oder nur ein großes Geschäft? Videel Verlag

Grimm, Hans-Ulrich: Die Ernährungslüge: Wie uns die Lebensmittelindustrie um den Verstand bringt. Knaur TB Verlag

Otto, Gerhard: Lernen mit Sunflower. Buch&Media