

Die einzige doppelblind, placebokontrollierte Studie zum Thema führten Konofal et al. (2008¹⁴) durch: Gemäss ihren Ergebnissen besserte bei 5- bis 8-jährigen ADHS-Kindern mit einem Ferritinwert $\leq 30\mu\text{g/l}$ nach 12 Wochen Tardyferon (80mg/Tag, oral) die ADHD-Rating Scale (bzw. die Subskalen „Unaufmerksamkeit“ und „Hyperaktivität/ Impulsivität“) signifikant im Vergleich zu Placebo; die Eltern- und Lehrer-Connersscalen veränderten sich nicht.

¹⁴ Konofal E; Lecendreux M; Deron J; Marchand M; Cortese S; Zaim M; Mouren MC; Arnulf I; Effects of iron supplementation on attention deficit hyperactivity disorder in children. Pediatric neurology; VOL: 38 (1); p. 20-6 /200801/

Da ist auf jeden Fall noch einiges an Forschungsarbeit zu leisten, um uns mehr Informationen über diese Behandlungsmöglichkeit für ADHS zu geben. Im Sinne der „Eisenzentren“ das ADHS einfach als alleiniges Eisenmangelsyndrom zu bezeichnen, ist sicher aber falsch. In der Zwischenzeit, bis wir hoffentlich irgendwann einmal mehr wissenschaftliche Erkenntnisse zur Verfügung haben, handhabe ich persönlich die Dinge pragmatisch: Ich lasse häufiger den Ferritinspiegel messen, behandle großzügig oral mit Maltofer oder Ferrascorbin über 3 Monate und evaluiere den Therapieversuch kritisch.

Dr. med. Eveline Breidenstein
Affolternstr.21
8913 Ottenbach
Tel.: 044 761 25 06
eveline.breidenstein@bluewin.ch

Traumabehandlung durch EMDR

(Eye Movement Desensitization and Reprocessing)

Was der Begriff „EMDR“ ausgeschrieben heißt, seht ihr in der Überschrift. Aber wie wird EMDR durchgeführt? Was ist ein Trauma? Was hat das alles mit AD(H)S zu tun? Das wird nun unter den Punkten 1. bis 3. abgehandelt. Fangt einfach da an, wo Ihr am meisten Interesse habt.

1. EMDR

wurde „erfunden“ von Francine Shapiro. Von ihr ist in Deutschland ein gutes Fachbuch dazu erhältlich: „EMDR als integrativer psychotherapeutischer Ansatz“ erschienen 2003 im Junfermann Verlag Paderborn.

Es wird so durchgeführt: Klassischerweise bewegt der Therapeut den Finger vor den Augen von rechts nach links, wobei man nur mit den Augen folgt. Es gibt aber auch andere Möglichkeiten, wie z.B. einem Lichtpunkt auf einer Platte zu folgen, der aussieht wie aus „Knight

Rider“; das Tippen auf passende Körperteile oder Fingerschnipsen und andere Geräusche, welche von rechts nach links wechseln. Wahlweise können auch Töne per Kopfhörer abwechselnd auf die Ohren gegeben werden.

Aussuchen sollte man die Art und Weise der Durchführung, wie es einem am besten schmeckt. In allen Fällen geht es primär darum, dass man von einer Seite zur anderen Seite wechselt. („bilaterale Stimulation“ nennt man das auch)

Der Patient folgt dem rhythmischen hin und her von Links nach Rechts. Hierbei sollen beide Gehirnhälften „synchronisiert“ werden. Es geht dabei in keiner Weise um Manipulation. Man versucht nicht Bewusstseinszustände zu verändern, sondern eine Integration von Trauma und verbundenen Emotionen und Empfindungen zu erreichen.

Der Therapeut ist eine wichtige Person! Vor der Behand-