

ADHS ist eine psychische Störung, welche bereits im Kindesalter beginnt. Es ist die Abkürzung von Aufmerksamkeitsdefizit- / Hyperaktivitätsstörung. Schätzungsweise 3-10% aller Kinder haben Symptome von ADHS. Entgegen früherer Ansichten verschwindet ADHS bei der Mehrheit der Betroffenen nicht nach der Pubertät, sondern kann auch noch im Erwachsenenalter fortbestehen. Neue Studien zeigen nun, dass Krillöl eine wesentliche Verbesserung herbeiführen kann.

Die Ursachen der Krankheit sind noch nicht restlos geklärt. Eine erbliche Anlage scheint die Entstehung zu begünstigen. Umweltbedingungen und psychosoziale Faktoren wirken sich auf den Verlauf der Krankheit aus. Die Mehrheit der Betroffenen, ungefähr drei Viertel, sind Jungen. Die Forschungen lieferten noch keine schlüssigen Ursachen für diese Verteilung. Es scheint grundsätzlich so, dass mehrere Faktoren eintreffen müssen, damit ADHS entsteht. Es sind jedoch bislang noch keine Faktoren eindeutig identifiziert worden, die eine primäre Rolle bei der Entstehung von ADHS spielen.

Zusätzlich wird der Verlauf der Krankheit dadurch erschwert, dass die Verhaltensauffälligkeiten zu Problemen mit Eltern, Lehrern und anderen Kindern führen. Diese Probleme wiederum verstärken die Symptome von ADHS erheblich. Das kann sich zu einem regelrechten Teufelskreis hochschaukeln. Moderne Therapieansätze versuchen daher auch das Umfeld des betroffenen Kindes zu optimieren. Dadurch wird der Krankheitsverlauf positiv beeinflusst und die Lebensqualität des Kindes und seines Umfeldes verbessert.

Die Diagnose ADHS ist schwierig, da die einzelnen Symptome auch andere Ursachen haben können. Die Beobachtungszeit ist lang, damit sichergestellt werden kann, dass es sich nicht nur um eine temporäre Störung handelt.

Die Behandlung ist so komplex wie die Krankheit selbst. Verschiedene Therapien werden angewendet. Bei mittleren und schweren Fällen ist meist eine medikamentöse Therapie sinnvoll. Damit kann erst eine Grundlage geschaffen werden, um weitere therapeutische Arbeit erfolgreich durchzuführen. Verhaltenstherapie und Psychotherapie sind wichtige Bestandteile einer erfolgreichen Behandlung von ADHS. Daneben gibt es noch eine Reihe von verschiedenen Therapien.

Vor kurzem wurden nun die Resultate von Studien bekannt, bei denen die Wirkung von Krillöl bei ADHS-Betroffenen untersucht wurde. Die Ergebnisse geben zu grosser Hoffnung Anlass.

Betroffene bekamen während drei Monaten täglich 1000mg Krillöl. Dabei wurde eine signifikante Verbesserung bei identifizierten Hirnstrom-Mustern gezeigt, verglichen mit den typischen ADHS Mustern. Ebenfalls entscheidend verbessert wurden die klinischen Werte.

Die Eltern der an den Studien teilnehmenden ADHS-Betroffenen berichten über eine deutliche Verbesserung bei Aufmerksamkeit und Betragen.

Es werden noch weitere Studien erforderlich sein, um die Wirkungsweise von Krillöl bei ADHS-Betroffenen zu erforschen. Es wird schon seit längerem vermutet, dass die in Krillöl reichlich vorhandenen Omega-3-Fettsäuren einen positiven Effekt auf das Gehirn und das Zentralnervensystem haben.

Krill wird eine kleine Krebsart genannt, welche in der Antarktis in riesigen Mengen vorkommt. Daraus wird das Krillöl gewonnen. Die Omega-3-Fettsäuren sind für unseren Organismus von entscheidender Bedeutung. Durch unsere normale Nahrung nehmen wir nur eine ungenügende Menge davon zu uns. Deshalb ist die Einnahme von Krillöl auch für gesunde Menschen äusserst vorteilhaft.

Einnahmeempfehlung: die ersten sechs Monate zwei Kapseln pro Tag, danach eine Kapsel pro Tag.

Vergleichen lohnt sich natürlich auch hier: die Preise für Krillöl unterscheiden sich doch recht stark! Günstige Bestellmöglichkeiten finden Sie auf dem Portal www.krill-info.com

Die „Adelaide-Studie“ wurde mit 132 ADHS-Kindern durchgeführt. Es wurden erhebliche Verbesserungen der Konzentrationsfähigkeit und Aufmerksamkeit sowie Reduzierung der Hyperaktivität festgestellt. In der „Oxford-Durham-Studie“ waren 117 Kinder mit entwicklungsbezogenen Koordinationsstörungen beteiligt. Es ergaben sich deutliche Verbesserungen beim Lesen und Schreiben. Mehr Informationen zu diesen Studien findet man etwa auf www.krill-info.com/studien