

Kurztext

Dr. med. Kurt Mosetter / Anna Cavelius / Martina Kittler / Christa Schmedes

Kindgerechte Ernährung bei ADHS

ePub

11,99 € (D) / 11,99 € (A) / 18,00 CHF (SFr.)

ISBN: 978-3-8338-3743-2



Zappelphilipp, Unruhestifter, Schreikind und erziehungsresistent in Einem? Auch wenn nur ein Phänomen zutrifft, ist die Diagnose ADHS oder ADS gefürchtet, verunsichert Eltern und stößt eine Flut von Fragen an. Ist die Einnahme einer täglichen Dosis an Ritalin notwendig? Welche weiterführenden therapeutischen Maßnahmen sind möglich? Der Arzt und Therapeut Dr. Kurt Mosetter widmet sich schon seit Jahren dieser Thematik. Sein Entstressungsprogramm für Kinder hat sich, wie zahlreiche Studien belegen, bewährt. Darüber hinaus wurde auch die Ernährung auf den Prüfstand gestellt und zu einem maßgeblichen Bestandteil der ADHS-Therapie gemacht. Basierend auf breit angelegten Studien konnte beobachtet werden, dass eine zuckerreduzierte Ernährung deutlich zur Entstressung der betroffenen Kinder beiträgt. Durch die Eliminierung der täglichen Zuckerquellen in der Ernährung des eigenen Kindes können Eltern somit positiv auf das Verhalten ihres Kindes einwirken und Therapien unterstützen.