

Friedrich Klammrodt

Unkonzentriert - Aggressiv - Überaktiv

Leseprobe

[Unkonzentriert - Aggressiv - Überaktiv](#)

von [Friedrich Klammrodt](#)



<http://www.narayana-verlag.de/b6778>

Das Kopieren der Leseproben ist nicht gestattet.

Narayana Verlag GmbH

Blumenplatz 2

D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Fax +49 7626 9749 709

Email info@narayana-verlag.de

<http://www.narayana-verlag.de>

In unserer [Online-Buchhandlung](#) werden alle deutschen und englischen Homöopathie Bücher vorgestellt.



Inhalt

Vorwort von Dr. med. Johann Abele	9
Vorwort zur 1. Auflage	12
Vorwort zur 5. Auflage	15
Vorwort von Prof. Dr. Werner Lauff	16
1. Hinführung	
1.1 Eine Untersuchung aus Amerika.....	19
1.2 Vergleich zweier Schriftproben.....	20
2. Das Aufmerksamkeits-Defizit-Syndrom (ADS)	
2.1 Begriffliche Klärung.....	23
2.2 Symptome des ADS.....	24
2.2.1 Hypoaktivität (ADS »ohne«).....	24
2.2.2 Hyperaktivität (ADS »mit«).....	25
2.3 Verlauf der ADS-Erkrankung.....	31
2.4 Hyperaktivität - eine Schutzreaktion.....	33
2.5 Hypoaktivität - ein Erschöpfungssymptom.....	34
3. Ein Stein kam ins Rollen - Die Geschichte einer Entdeckung	
3.1 Ein Leserbrief in einer ostfriesischen Tageszeitung	37
3.2 Der Fall Frank.....	38
3.3 Unsere eigenen auffälligen Kinder	41
3.4 Diät- Erfahrungen in meiner Familie	43
3.5 Mein Schlüsselerlebnis: Eigene Diät-Erfahrungen.....	48
4. Verhaltensstörungen und Schule	
4.1 Schulkinder früher und heute - eine Bestandsaufnahme	54
4.1.1 Eigene Erfahrungen mit Grundschulern (1966-2002)	54
4.1.2 Erfahrungen mit älteren Schulkindern	62
4.1.3 Die heutige Unterrichtssituation (Zusammenfassung)	65
4.2 Herkömmliche Gegenmaßnahmen	69
4.3 Muss sich die Schule ändern?	70
4.4 Ursachenforschung - Veränderte Kindheit	74
5. Heutige Ernährung und ihre Folgen	
5.1 Veränderte Nahrungsmittel - Fremdstoffe	80
5.2 Veränderung der Ernährungsgewohnheiten in einem ostfriesischen Bauerndorf (1966-2002)	82
5.3 Hirnstoffwechselstörung (Minimale zerebrale Dysfunktion) durch falsche Ernährung.....	88

5.4	Nahrungsmittelallergie - Nahrungsmittlempfindlichkeit.....	94
5.5	Unterzuckerung (Hypoglykämie).....	95
5.6	Entsteht ein ADS auch durch psychische Einflüsse?.....	97
5.7	Ist gestörtes Verhalten erblich?.....	98
5.8	ADS-Symptome bei Jungen häufiger als bei Mädchen	99
5.9	Sekundärpsychische ADS-Symptome	100
5.10	Deutung »unerklärlicher Phänomene«.....	101
5.11	Gedanken zur »besinnlichen Adventszeit«.....	102
5.12	Die Ernährung ist Teil eines ökologischen Problems.....	102
6.	Die Diät	
6.1	Ein Zurück zu Omas Küche genügt nicht	108
6.2	Phosphatreduzierte Kost	108
6.3	Grundsätze der ADS-Diät	109
6.4	Überwältigende Diät-Erfolge	112
6.5	Reaktion der Experten und der Wissenschaft.....	116
6.6	Unvernünftige Ernährung schlägt auch Erwachsenen aufs Gemüt.....	119
6.7	Gefahr der »Medizinisierung« oder Gefahr der »Pädagogisie- rung«?.....	120
6.8	Wie die Pädagogik sich wieder auf Erfolgskurs bringen kann....	122
6.9	Kann die Ernährung die Erziehung ersetzen?.....	129
6.10	»Gesundreden« schwieriger Kinder	130
6.11	Psychopharmaka statt Diät? - Ritalin.....	132
6.12	Diät und Drogensucht.....	138
6.13	Diät und Jugend-Kriminalität.....	140
7.	Praktische Hinweise zur Durchführung der ADS-Diät	
7.1	Genauere Erläuterung der Diät	143
7.1.1	Rohkost	143
7.1.2	Richtiger Obstverzehr	145
7.1.3	Wildkräuter und Keimlinge	147
7.1.4	Zucker	149
7.1.5	Süßigkeiten	151
7.1.6	Nahrungsmittelzusatzstoffe	153
7.1.7	Milch und Milchprodukte	155
7.1.8	Getreide und Brot	159
7.1.9	Gebäck (Kuchen, Torten, Kekse).....	163
7.1.10	Fette und Öle.....	164
7.1.11	Nüsse, Hülsenfrüchte, Eier.....	165
7.1.12	Fleisch und Fisch	165
7.1.13	Getränke	166

7.1.14	Alkohol.....	169
7.1.15	Frühstück	169
7.2	Der Einstieg in die Diät	170
7.3	Austesten von Nahrungsmitteln.....	173
7.4	Bewertung von Nahrungsmitteln nach den Zutatenlisten	174
7.5	Der Einkauf	179
7.6	Rückfällen durch Diät-Fehler kann man vorbeugen!.....	180
7.7	Rückfallträchtige Ereignisse und Zeiten	182
7.8	Weitere Hinweise rund ums Essen	185
7.9	Kontakt zu Mitbetroffenen suchen	187
8.	ADS und Umweltgifte	
8.1	Reinigungs-, Wasch- und Körperpflegemittel	188
8.2	Mittel gegen Kopfläuse und anderes Ungeziefer	188
8.3	Chlor in Schwimmbädern	189
8.4	Zahnmetalle.....	190
8.5	Fluor und Fluoride	192
8.6	Medikamente.....	193
8.7	Impfstoffe.....	194
8.8	Holzschutzmittel und Farben.....	200
8.9	Kleidung und Teppiche.....	200
8.10	Elektro-Smog.....	201
8.11	Verfallen Sie nicht in Panik!.....	201
9.	Nachweis einer Hirnstoffwechselstörung	
9.1	pH-Wert-Messung von Urin und Speichel	203
9.2	Haarmineralanalyse.....	204
9.3	Bohnenkaffee-Baldrian-Test.....	205
10.	Sonstige Hilfen für ADS-Kinder	
10.1	Nützliche Hausmittel.....	206
10.2	Psychologische Techniken.....	207
10.3	Allgemeine gesundheitsfördernde Maßnahmen	210
10.4	Fernsehkonsument kontrollieren	212
11.	Das ADS-Kind in der Schule	
11.1	Lehrer informieren	215
11.2	Bei schweren Rückfällen Kind zu Hause lassen	215
11.3	Das Pausenfrühstück	216
12.	Tipps und Hinweise für Lehrer und Erzieher	
12.1	»Ernährung« als Unterrichtsthema.....	218
12.2	Information der Eltern	220
12.3	Information der Kollegen.....	223

12.4	Schulkiosk.....	223
12.5	Burnout-Syndrom.....	224
12.6	ADS-Kinder im Unterricht.....	225
12.7	Hausaufgaben für ADS-Kinder.....	226
13.	Ernährung und Erziehung (von Prof. Dr. W. Lauff)	228
14.	Schlusswort	238
	Anhang	
1.	Nahrungsmittel-Liste.....	245
2.	Rezepte für ein eiweißbetontes Frühstück.....	248
3.	Medikamentenliste	250
4.	Fallbericht: Georg	252
5.	Fallbericht: Rolf	253
6.	Bericht über ein Ferienlager für verhaltensauffällige Kinder	256
7.	Bericht über ein Rohkost-Kind	259
8.	Fütterungsversuche mit Ratten	260
9.	ADHS Deutschland	261
10.	ELPOS SCHWEIZ	262
11.	Family Gare	263
12.	Nützliche Adressen	264
13.	Literaturempfehlungen	266

Hinweis

Einige Seitenzahlen im Inhaltsverzeichnis sind grau unterlegt. Es handelt sich dabei um praxisbezogene Kapitel.

Die entsprechenden Seiten im Buch sind am Rand grau gekennzeichnet.

Durch diese Markierung soll das Nachschlagen erleichtert werden.



Friedrich Klammrodt

Unkonzentriert - Aggressiv - Überaktiv

Ein Problem der Erziehung oder der Ernährung?

272 Seiten, kart.
erschienen 2009



bestellen

Mehr Homöopathie Bücher auf www.narayana-verlag.de