

Interview mit Dr. Georg Weiss

Für die Redaktion: Peter Ferlic

Heilpädagogische Behandlung von Aufmerksamkeitsdefizitstörungen

Zusätzlich zu einem multiprofessionellen Therapieansatz gewinnen neuere Behandlungen mit Omega-Fettsäuren eine bedeutende Rolle.

Die Abkürzung AD(H)S steht für, Aufmerksamkeitsdefizithyperaktivitätsstörung, eine bereits im Kindesalter beginnende psychische Störung, die sich durch Probleme mit der Aufmerksamkeit sowie Impulsivität und häufig auch Hyperaktivität auszeichnet.

„Damit wird ein Symptomcluster beschrieben der schon lange bekannt ist, aber unterschiedlich benannt wurde. Die Betroffenen haben eine unterentwickelte Fähigkeit zur Selbststeuerung und Selbstkontrolle“, präzisiert Dr. Georg Weiss, Facharzt für Kinderheilkunde und Kinder- und Jugendpsychiatrie und Leiter des Institutes für Heilpädagogik in Salzburg-Taxham. Ca. 3 bis 5% aller Kinder, also im Schnitt ein Kind pro Klasse, sind davon betroffen.

„Das Institut für Heilpädagogik ist kein Krankenhaus“, wie Weiss betont. Alle Aufnahmen sind geplant und während der Aufenthalte kann den Kindern viel Platz im Freien, 3500m², geboten werden. Die Station für Schulkinder (6-12 Jahre) bietet 12 Plätze, 5 mal im Jahr wird ein Turnus für je 2 Monate durchlaufen, wodurch stabile Gruppen gewährleistet sind. „Am Wochenende sind die Kinder zu Hause. Es gibt einen Besuchsnachmittag, an dem finden auch die Elterngespräche - ärztlich, psychologisch und pädagogisch - statt. Wesentlich ist die individuelle Beschulung in der Heilstättenschule, welche in 2 Klassen mit je 6 Schülern und 2 Lehrkräften erfolgt“, erklärt Weiss den Behandlungsablauf an seinem Institut. Die Therapie umfasst:

- Psychologisch/Psychotherapeutische Einzelstunden mit Elterngesprächen
- Kinder- Jugendpsychiatrische Betreuung inklusive Medikation
- Individuell zugeschnittene Fördertherapie wie
 - Legasthenie / Dyskalkulietraining,
 - Training der optischen Wahrnehmung,
 - Lerntechniktraining
- Nach Bedarf Logopädie
- Nach Bedarf Ergotherapie
- Heilpädagogisches Voltigieren
- Elterntaining
- Pädagogik zur Verbesserung der Sozialkompetenz:

„Während des Aufenthaltes gibt es durchdachte pädagogische Interventionen. Hierzu zählen feste Tages- und Wochenabläufe, wobei die 12 Kinder in 3 Gruppen zu 4 Kindern eingeteilt werden und für jede Gruppe eine Bezugsperson über drei Wochen zuständig ist.

Diese Gruppen gehen unter anderem gemeinsam reiten, Schwimmen, malen oder werken“, erklärt Weiss, manches findet in der Großgruppe statt. Zu den Aufgaben der Bezugspersonen zählen die Erstellung eines individuellen Verstärkerplans, Klärung von Konflikten, die Unterstützung bei den Hausübungen und das Gespräche mit den Eltern. Einmal in der Woche findet das Kinderparlament statt. Am Institut gibt es keinen Fernseher und nur einmal in der Woche gibt es „Kino“ (ein DVD-Film wird gezeigt). Zusätzlich kann jedes Kind sich in der Woche maximal 50 Minuten am PC verdienen.

„Während des Aufenthaltes wird ein DVD Film

gedreht, der kreativ den Aufenthalt dokumentiert (positive Szenen), den die Familien mitnehmen, was ein Nachwirken der bei uns erzielten Erfolge erlaubt“, erzählt Weiss und erklärt weiters: „Der intensive ganztägige multiprofessionelle Ansatz und die Distanz von der Stammschule und der teilweise Abstand zu den Familien erlaubt oft einen Therapiefortschritt und einen Neubeginn.“

Im Interview mit Arzt+Kind spricht Dr. Georg Weiss über neue Therapiemöglichkeiten mittels Omega-Fettsäuren, für die Arbeit mit Kindern mit AD(H)S und betont: „Ich mag die Arbeit mit diesen Kindern wirklich gerne, denn sie sind ganz da im Hier und Jetzt, sorgen für Stimmung - sind spritzig und spontan, zeigen Begeisterungsfähigkeit, zeigen oft große Kreativität /Ideenreichtum /Phantasie, sind neugierig, aufgeschlossen, haben Improvisationstalent, haben ungeheuer viel Energie, zeigen großen Gerechtigkeitsinn, sagen ehrlich die Meinung, zeigen spontane Hilfsbereitschaft, sind furchtlos und risikobereit, sind nicht nachtragend und sind richtige Stehaufmännchen.“

Arzt+Kind: Wie sieht die Symptomatik des AD(H)S aus?

Dr. Georg Weiss: AD(H)S äußert sich so, dass die Kinder Mühe haben mit der Daueraufmerksamkeit bei uninteressanten Tätigkeiten oder Vorgängen. Dies führt zu abgelenkt sein, Tagträumen, Flüchtigkeitsfehlern. Daraus resultiert wiederum ein Widerstand gegen „fade“ Arbeiten, Konzentrationsschwäche und rasche Ermüdbarkeit, außer bei etwas Fesselndem – wie Computerspielen. Die Betroffenen haben Schwierigkeiten zuzuhören, Probleme mit der Organisation, damit Dinge zu beginnen und zu Ende zu führen, zeigen übermäßige Vergesslichkeit, verlieren und verlegen oft etwas.

Sie haben sehr große Ungeduld beim Warten, neigen deshalb zu Clownerie und lauten Aktivitäten, Stören oft im Unterricht, zeigen planloses, überstürztes Handeln. Häufig haben sie Probleme damit soziale Beschränkung und Regeln zu beachten. Sie haben eine niedrige Frustrationstoleranz, fühlen sich leicht provoziert. Betroffene Kinder neigen zu schnellen reaktiven Stimmungsschwankungen in beide Richtungen. Manche haben auch einen gesteigerten Bewegungsdrang und verletzen

sich öfter. Sie können gute Vorsätze kaum umsetzen und weil sie sehr im Hier und Jetzt leben, lernen sie viel langsamer aus Erfahrung und verhalten sich oft nicht ihrem Alter entsprechend.

A+K Wann ist eine Therapie des AD(H)S notwendig?

G. Weiss: Eine Therapie ist indiziert wenn die Symptome so viel Leidensdruck verursachen, dass Handlungsbedarf gegeben ist.

A+K: Omega-Fettsäuren sind ein neuerer Behandlungsansatz bei Aufmerksamkeitsstörungen, wie sieht die Studienlage dazu aus?

G. Weiss: Es gibt einige placebokontrollierte Studien z.B. aus England, Australien, Schweden, die zeigen, dass die Gabe von Omega-3/6-Fettsäuren deutlich positive Effekte auf motorische Teilleistungsschwächen, Störung schulischer Fertigkeiten und AD(H)S-Symptomatik, (allerdings in einer Studie nur im Elternurteil und nicht im Lehrerurteil) haben kann.

A+K: Welche Behandlungsmöglichkeiten erwarten Sie sich?

G. Weiss: Die Gabe von Fettsäuren ist eine erfreuliche zusätzliche Behandlungsoption, die mit den anderen therapeutischen Ansätzen auch gut kombiniert werden kann. Wir werden in den nächsten Jahren sehen, wie viel dadurch unter Alltagsbedingungen erreicht werden kann.

A+K: Wie sehen Sie deren Stellenwert in der pharmakologischen Therapie?

G. Weiss: Die Studien zeigen zum Teil eindrucksvolle Effekte nach drei oder mehr Monaten. Das heißt wenn ein schneller Effekt nötig ist, braucht man die Stimulantien, die Fettsäuren können dann alleine eingesetzt werden, wenn man Zeit hat. Da mehrere Gaben täglich erfolgen müssen und die Wirkung der Fettsäuren verzögert einsetzt, wird die Compliance für manche Familien ein Problem sein. Möglicherweise können durch die zusätzliche Gabe von Fettsäuren aber auch Stimulantien eingespart werden - durch Dosisreduktion oder früheres Absetzen - oder

die Verträglichkeit, in Bezug auf Appetitstörung und Gewichtsabnahme, einer sonst sehr hilfreichen Stimulantientherapie kann verbessert werden.

A+K: Welche Patienten könnten besonders von der Einnahme von Omega 3/6 Fettsäuren (Equazen Pro) profitieren?

G. Weiss: Wenn die Anamnese eine sehr einseitige - oft besonders ungesunde Ernährung - zeigt, verspreche ich mir besonders viel von einer Nahrungsergänzung. Offenbar profitieren eher die Patienten mit einer Aufmerksamkeitsdefizitstörung besonders die, die daneben auch motorische Teilleistungsschwächen bzw. Störungen schulischer Fertigkeiten aufweisen (früher oft POS genannt). Die mehr hyperaktiven und besonders die oppositionell verhaltensgestörten Kinder scheinen weniger gut anzusprechen.

A+K: Können Sie schon aus persönlichen Erfahrungen mit der Behandlung mit Omega-Fettsäurenberichten?

G. Weiss: Ich habe nur einzelne Patienten, die schon lange genug die Fettsäuren nehmen, weshalb meine Erfahrungen nicht aussagekräftig sind. Wichtig ist allerdings, dass die Kapseln nicht aufgebissen werden, denn der Fischgeschmack ist dann so intensiv, dass ein Therapieabbruch droht. Als Alternative zu den Kapseln gibt es aber auch eine flüssige Form mit Citrus-Geschmack.

Korrespondenzadresse:

Dr. Georg Weiss
Facharzt für Kinderheilkunde und
Kinder- und Jugendneuropsychiatrie
Leiter des Instituts für Heilpädagogik
Kleßheimerallee 81
5020 Salzburg
Tel.: +43(0)662/433091
Fax: +43(0)662/433091-60
georg.weiss@salzburg.gv.at

Omega-Fettsäuren sind essentiell für die Gehirnleistung

Für die Redaktion: Peter Ferlic

Bei einer Vielzahl der in der Psychiatrie behandelten Krankheitsbilder konnte in rezenten Arbeiten ein Zusammenhang mit Omega-Fettsäuren gezeigt werden. Die aktuelle Wissenschaft konzentriert sich auf diverse therapeutische Einsatzmöglichkeiten dieser Stoffe. Insbesondere in der Behandlung von Aufmerksamkeitsstörungen bei Kindern und Jugendlichen konnten bereits gute Erfolge erzielt werden. Arzt+Kind sprach mit Univ.-Prof. Dr. Peter Hofmann, stellvertretender Leiter der Universitätsklinik für Psychiatrie an der Medizinischen Universität Graz, über die Bedeutung essentieller Fettsäuren in der kindlichen Entwicklung und deren Effizienz in der Therapie von Aufmerksamkeitsstörungen.

Wesentliche Bedeutung der Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren

Die Bedeutung dieser Fettsäuren wird heute ungleich höher eingeschätzt als noch vor wenigen Jahren. Grundsätzlich sind essentielle Fettsäuren chemische Stoffe, die der Körper nicht selbst herstellen kann, sondern sie müssen über die Nahrung zugeführt werden. Die essentiellen Basis-Fettsäuren sind die Linol-Säure (Omega-6-FS) und die alpha-Linolen-Säure (Omega-3-FS). Diese sind auch Ausgangsprodukte für weitere Fettsäuren. „Die Bezeichnung Omega drückt eine chemische Spezialität aus und verweist auf eine spezielle Gruppe der Fettsäuren. Die Omega-Fettsäuren sind ein wesentlicher Teil der Nervenzellen und tragen auf diesem Wege zu verschiedensten Funktionsteilen des Nervensystems bei, vor allem was die Leistungsfähigkeit der Nervenzellen selbst, wie Signalübertragung und ähnliches anlangt“, erklärt Hofmann. Omega-Fettsäuren haben daher größte Bedeutung in der frühkindlichen Gehirnentwicklung, der Entwicklung des Denkens und auch der Aufrechterhaltung der Denkfunktionen generell. „Vieles spricht

dafür, dass sie generell auch stabilisierend auf Gehirnprozesse wirken und eine wesentliche Funktion beim Lernen und beim Gedächtnis haben“, erklärt Hofmann und sagt weiters: „Es hat tatsächlich ein Paradigmenwechsel stattgefunden. Früher sind wir davon ausgegangen, dass das Fettgewebe, zum Beispiel im Gehirn, lediglich als Stützgewebe fungiert, mittlerweile sehen wir die Rolle, der Omega-Fettsäuren, viel komplexer und es ist gar nicht abzusehen, was sich noch alles an Erweiterungen des Rollenbildes dieser Substanzen ergeben wird.“ Es ist davon auszugehen, dass die Wirkung bis hin zur direkten Modifizierung von Rezeptoren geht, aber auch Beeinflussung der Funktion von Ionenkanälen, Einfluss auf die Bereitstellung von sogenannten Neurotransmittern und auch direkte Effekte im Wachstumshormonsystem werden diskutiert.

Vielfältige Wirkung

Zusätzlich erfüllen sie aber auch noch diverse andere Funktionen im menschlichen Körper, wobei es sich um recht unterschiedliche und vielfältige Aufgaben handelt. Sie gehen über den Bereich des Nervensystems weit hinaus und greifen ein in Systeme wie Organreifung, Entzündungsreaktionen, Blutdruck, Blutgerinnung, Chemotaxis oder Schmerz. „Im Mangelfall kann es entsprechend zu vielfältigen körperlichen Symptomen kommen, wie Hautveränderungen und Veränderungen im Blutbild, vor allem bei den Thrombozyten. Außerdem kann es generell zu Wachstumsstörungen kommen, die Immunabwehr kann geschwächt sein, wobei häufig Infektionen auftreten und generell kann es natürlich zu einer Störung im Nervensystem kommen“, beschreibt Hofmann die Vielseitigkeit der essentiellen Fettsäuren im menschlichen Körper.

Therapie mit Omega-Fettsäuren

Aufgrund des mannigfachen Vorkommens

von Omega-Fettsäuren in diversen Zellen, wird der Einsatz dieser Substanz bei sehr unterschiedlichen Indikationen erprobt. Etwa bei Depressionen, Schizophrenie oder auch Mb. Alzheimer, wobei noch nicht überall aussagekräftige Studien vorliegen. „Nachgewiesen ist eine Wirksamkeit bei der juvenilen Schizophrenie – es gelang der Nachweis, dass durch Omega Fettsäurengabe bei gefährdeten Jugendliche die Krankheit seltener zum Ausbruch kommt. Im Bereich der Depressionsbehandlung und ähnliches haben wir noch nicht die richtigen Strategien für die Wirksamkeitsforschung gefunden. Aber natürlich sind viele andere Bereiche psychischer Störungen in diesem Zusammenhang hoch interessant“, berichtet Hofmann. Anders ist die Situation bereits jetzt im Bereich der Therapie von Aufmerksamkeitsstörung. Hier können einige, methodisch saubere Studien mittlerweile die Wirksamkeit der Omega-Fettsäuren nachweislich belegen.

„Die Studienlage zur Behandlung des AD(H)S ist für die Omega-Fettsäuren hervorragend. Wir können von evidenzbasiertem Wissen ausgehen. Es gibt direkte Vergleiche mit Placebo unter kontrollierten Bedingungen, also höchster wissenschaftlicher Standard ist zur Anwendung gekommen, und es findet sich tatsächlich eine hohe Effektivität, wenn es darum geht, Hyperaktivität, Unaufmerksamkeit und Ähnliches bei AD(H)S-betroffenen Kindern positiv zu beeinflussen“, sagt Hofmann zu Studien, welche signifikant positive Effekte von Omega-Fettsäuren (Equazen Pro) gegenüber Placebo zeigten.

Komplexe Pathogenese

Derzeitige Hypothesen gehen davon aus, dass es bei AD(H)S-Betroffenen, zu Entwicklungsstörungen oder defizitären Entwicklungen im Gehirn und zentralen Nervensystem gekommen ist. „Omega-Fettsäuren sind essentiell im Aufbau des ZNS, worauf die Idee

fußt, diese Substanzen hier gezielt einzusetzen. Es ist tatsächlich so, dass man aus klinischen Studien weiß, dass es bei bestimmten Störungen und Fehlentwicklungen, wie zum Beispiel bei AD(H)S oder autistischen Erkrankungen oder ähnlichem ein Omega-3-Fettsäurenmangel besteht bzw. eine Imbalance festzustellen ist“, betont Hofmann. Mit speziellen Untersuchungen wie etwa dem Magnetresonananz-Imaging kann man den Mangel an Omega-Fettsäuren etwa in der Substantia alba bei nicht behandelten AD(H)S-Kindern sichtbar machen.

„Es ist so, dass wir in den westlichen Industriestaaten angesichts unserer Ernährungsgewohnheiten vor allem Omega-6-Säuren aufnehmen, auf der anderen Seite zu wenige Omega-3-Fettsäuren zu uns nehmen. Diese beiden sind besonders wichtig und anhand dieser wissenschaftlichen Fakten müssen Omega-Fettsäure-Produkte idealerweise im Verhältnis 1:1 im Körper vorhanden sein und sollten gut balanciert sein“, betont Hofmann. Um dieses ideale Verhältnis mit einer Therapie zu erreichen muss eine spezielle Verteilung von Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren in dem Präparat vorliegen um höchste Behandlungsansprüche zu erfüllen. „Konkret ist es so, dass die wesentlichen klinischen Studien mit einem Produkt durchgeführt wurden, das geeignet ist, vor allem den Omega-3-Bereich auszubalancieren. Die Verteilung der Omega-3 Fettsäuren EPA (Eicosapentensäure) und DHA (Docosahexaensäure) muss in einem solchen Produkt 3:1 betragen und zwar in entsprechend hoher Dosierung. Alles andere ist sinnlos und nur ein einziges Produkt erfüllt diese Ansprüche“, betont Hofmann mit Hinweis auf das Präparat Equazen Pro.

Unterstützung in der Therapie

Der neuere Therapie Ansatz mit Omega-Fettsäuren könnte eine sinnvolle Ergänzung zu derzeitigen medikamentösen Ansätzen bei AD(H)S sein. Hofmann erklärt: „Die aktuelle Studienlage ermutigt uns dazu, fest davon überzeugt zu sein, dass es neben der Standardpharmakotherapie, die derzeit für AD(H)S existiert, auch eine, wenn sie so wollen, biologische und sehr gut verträgliche Ergänzung gibt. Dies ist eine aus der Natur kommende Therapie, immerhin wird das Produkt aus Fischöl und Nachtkerzenöl hergestellt, die eine hohe klinische Wirksamkeit hat.“ So wird die Therapie mit Omega-Fettsäuren einen hohen Stellenwert neben der Therapie mit Stimulantien einnehmen, wobei noch nicht abzusehen ist, wo man sich noch sehr positive Effekte erwarten darf, beispielsweise bei anderen psychischen oder körperlichen Störungen. Hofmann fasst zusammen: „Grundsätzlich bieten sich im Rahmen der multimodalen Therapie des AD(H)S zwei Möglichkeiten an. Zum Einen als „Missing Link“ zwischen Psychoedukation und Pharmakotherapie, zum Anderen als Ergänzung zur Pharmakotherapie. Ein wichtiges Thema sind Kinder – vor allem unter dem 7. Lebensjahr - wo psychotrope Substanzen aufgrund der ablaufenden Gehirnentwicklung nur mit großer Zurückhaltung verabreicht werden sollten.“

Korrespondenzadresse:
 Univ.-Prof. Dr. Peter Hofmann
 Universitätsklinik für Psychiatrie
 Auenbruggerplatz 31
 8036 Graz
 Tel.: +43(0)316/385-3612
 Fax: +43(0)316/385-3556
p.hofmann@meduni-graz.at



Kinder brauchen Aufmerksamkeit

EQUAZEN™ PRO



Zur diätetischen Behandlung von Aufmerksamkeits- und Aktivitätsstörungen in der Kindheit und Adoleszenz.

- Wirksamkeit in mehreren randomisierten, placebokontrollierten Studien nachgewiesen^{1,2,3}
- Spezifische EPA, DHA und GLA Formulierung, EPA-DHA Verhältnis von 3:1
- Natürlicher Ursprung – streng geprüfte Qualität



Gesundheit richtig bewegen

www.sanova.at

1 Richardson AJ et al. Pediatrics (2005); 115(5): 1360-1366.
 2 Simm N et al. Journal of Developmental and Behavioral Pediatrics, 2007 Apr; 28(2): 82-91.
 3 Johnson W et al. Journal of Attention Disorders, 2009 March; 12(5): 394-401