

# Das neue Café der Silberberg Klinik



Am 8. März 2008 hat nach einem fünfwöchigen Umbau das Silberberg Café eröffnet. Das Café verfügt jetzt über 64 Sitzplätze. Die Lounge wurde mit moderner Technik ausgestattet, so dass im Café jetzt auch Fernsehveranstaltungen auf Großleinwand übertragen werden können.



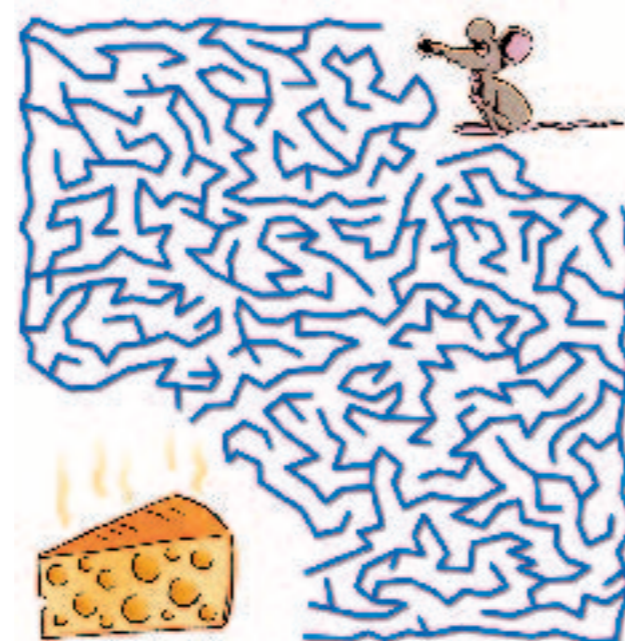
Silberberg Klinik  
**Bodenmais**

Rechensöldenweg 8-10  
94249 Bodenmais  
Tel. (0 99 24) 771-0 (Anmeldung -400)  
Fax (0 99 24) 771-499  
info@silberberg-klinik.de  
www.silberberg-klinik.de

➔ **Thema der nächsten Ausgabe:**  
Neurodermitis

**Kinderecke**

Können Sie der Maus den Weg zum Käse zeigen?



Absender:

Name, Vorname

Straße, Hausnummer

Postleitzahl, Wohnort

Bitte schicken Sie diesen Coupon an die:

**Silberberg Klinik Bodenmais**  
Rechensöldenweg 8-10  
94249 Bodenmais

**Juli .08**

In diesem Newsletter:

- Entdeckung von „Ritalin“
- ADHS – erkennen und behandeln
- Folgen des Fernsehkonsums
- Umbau des Silberberg Cafés



Silberberg Klinik  
**Bodenmais**

**news**

## Thema: ADHS

Liebe Leserinnen und Leser,

über die Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS) bzw. die hyperkinetische Störung (HKS) hat sich sowohl in der Öffentlichkeit als auch innerhalb der Ärzteschaft eine intensive Diskussion entwickelt, in der zum Teil Auffassungen vertreten werden, die mit dem wissenschaftlichen Erkenntnisstand nicht in Einklang zu bringen sind. Diese Diskussion, die auch von den Medien aufgegriffen wurde, hat nicht nur bei den Eltern betroffener Kinder und bei erwachsenen Betroffenen, sondern auch innerhalb der Ärzteschaft zu einer erheblichen Verunsicherung geführt.

Vielleicht hilft Ihnen die neueste Ausgabe unserer „Silberberg news“, ein wenig Licht in dieses Dunkel zu bringen. Darüber hinaus ist das Thema „Fernsehkonsum“ bei Kindern ein Dauerbrenner in den Diskussionen. Auch hierzu wollen wir Ihnen eine Diskussionshilfe bieten.

Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre.

*Ihr Dr. med. Werner Gudat*  
*Leitender Arzt der Klinik*

### Wussten Sie schon, ...

... dass es „Ritalin“ schon gab, bevor ADHS dazu erfunden wurde?

Es begann alles damit, dass der Pharmachemiker L. Panizzon im Jahre 1944 rein zufällig Methylphenidat entdeckte, wovon seine Frau Rita naschte und die belebende Wirkung lobte, weswegen der Stoff dann auch „Ritalin“ getauft wurde. Man hatte also nicht ein Medikament für eine bereits existierende Krankheit gesucht, sondern zufällig einen Wirkstoff gefunden, von dem man noch gar nicht recht wusste, wofür er zu gebrauchen sein könnte.

K. Connors und L. Eisenberg gaben dann später einfach mal so Dexedrine, einen verwandten Wirkstoff, an zwei Schulklassen mit farbigen Unterschichtkindern in Baltimore, USA. Und siehe da: Das ansonsten nervige und rüpelhafte Verhalten der Schüler „normalisierte“ sich auffallend. Es war ein Mittel gefunden, das Verhalten der Kinder an Ghetto-Schulen chemisch zu beeinflussen.

# ADHS – erkennen und behandeln

## Die Kernsymptome sind folgende:

- Störung der Aufmerksamkeit mit mangelnder Ausdauer bei Leistungsanforderungen und die Tendenz, Tätigkeiten zu wechseln, bevor sie zu Ende gebracht werden.
- Unruhiges Verhalten, insbesondere verbunden mit der Unfähigkeit, „still sitzen zu können“.
- Impulsivität, z. B. mit abrupten motorischen und/oder verbalen Aktionen, die nicht in den sozialen Kontext passen.

Ein wichtiges Erkennungsmerkmal für die Diagnose von ADHS ist, dass die genannten Symptome bereits in einem frühen Alter auftreten, meist schon vor dem sechsten Geburtstag. Hinzu kommt, dass die Symptome bereits länger anhalten (mehr als 6 Monate) und in mehr als einer Situation auftreten. Allgemein typisch ist, dass Jungen deutlich häufiger betroffen sind als Mädchen. Insgesamt muss die Diagnose durch einen erfahrenen Kinderpsychologen oder Jugendarzt gestellt werden. Die Diagnose ist eine klinische Diagnose, die aufgrund der Anamnese, der Erhebung der Symptomatik und aufgrund der direkten Beobachtung gestellt wird. Hilfsmittel für die Diagnostik sind Checklisten, Fragebogenverfahren und strukturierte oder semistrukturierte Interviews. Dabei sind die Ursachen und Entstehungsbedingungen von ADHS noch nicht vollständig geklärt.

## Therapie

Die Behandlung stützt sich im Wesentlichen auf drei Maßnahmenbündel:

1. Die Psychoedukation umfasst die Erklärung des Krankheitsbildes, Informationen zur Ätiologie, zum Verlauf und zu den möglichen Behandlungsalternativen für die betroffenen Patienten, Sorgeberechtigten sowie nach elterlicher Einwilligung für außerfamiliäre Bezugspersonen wie Erzieher und Lehrer.
2. Die psychotherapeutischen Ansätze stützen sich auf verhaltenstherapeutische Prinzipien. Als besonders hilfreich haben sich direkte verhaltenstherapeutische Interventionen mit dem Kind und das Elterntaining sowie eine verhaltenstherapeutische Intervention im Kindergarten bzw. in der Schule erwiesen.
3. In der medikamentösen Behandlung sind Stimulanzien aufgrund ihrer erwiesenen Wirksamkeit Medikamente der ersten Wahl. Als Medikament zweiter Wahl kann nach dem derzeitigen Kenntnisstand Atomoxetin angesehen werden. Alle anderen Präparate sind Medikamente der dritten Wahl und sollten nur angewandt werden, wenn die Medikamente der ersten und zweiten Wahl nicht wirksam sind oder ausgeprägte unerwünschte Wirkungen aufweisen.

In der Silberberg Klinik Bodenmais werden alle Behandlungsansätze durchgeführt. Dennoch bleibt anzumerken, dass die Behandlung von ADHS eine langfristige Aufgabe ist, die schwerpunktmäßig ambulant durchgeführt wird.

# Fernsehen macht dumm und aggressiv: Unsinn oder Realität?

Die meisten Mütter und Väter kennen das Problem: Sohn oder Tochter sehen fern und man fordert dazu auf, das Gerät abzuschalten, weil die Schulaufgaben noch nicht fertig sind oder schon zu lange geschaut wurde. Die erste Reaktion der Kinder darauf ist häufig – keine!

Was aber können die Folgen eines zu frühen oder übermäßigen Fernsehkonsums sein? Mehrere renommierte internationale wissenschaftliche Studien belegen, dass Fernsehkonsum im Kindesalter von mehr als 2–3 Stunden täglich zu einer deutlichen Verminderung der intellektuellen Fähigkeiten führt. Dies wurde nicht nur in Kurzzeitstudien, sondern auch in langfristigen, über Jahrzehnte dauernden Untersuchungen eines definierten Kollektivs nachgewiesen. Weitreichende Folgen sind eine signifikant höhere Arbeitslosigkeit und eine niedrigere Schulbildung in der Gruppe mit dem höheren Fernsehkonsum. Weiterhin wurde statistisch ermittelt, dass Gewalt im Fernsehen am häufigsten in Kindersendungen und nicht in Krimis am Abend auftaucht. Diese Gewalt wird oft in Zeichentrickfilmen mit immer wiederkehrenden „Stehaufmännchen“ als vermeintlichen Helden dargestellt.

Aufgrund des fehlenden Abstraktionsvermögens im Kindesalter wird diese Erfahrung ohne Verarbeitung unterbewusst abgespeichert; Aggression und Unruhe nehmen zu.



Dass dies in Kindergärten und Schulen inzwischen zu einem Problem geworden ist, ist hinlänglich bekannt. Nicht nur Ärzte, sondern insbesondere auch die Eltern sind aufgefordert, sich dieser Herausforderung zu stellen und in Zusammenarbeit mit Schulen und Politik neue Konzepte und Empfehlungen für den Medienkonsum bei Kindern und Jugendlichen zu entwickeln.

## Rezept-Tipp: Muffins

### Zutaten (für 12 Stück):

- 1/8 l fettarme Milch (1,5 %)
- 2 TL Backpulver
- 2 Pck. Vanillezucker
- 50 g Halbfettmargarine
- 120 g Zucker
- 250 g Mehl
- 300 g tiefgefrorene Himbeeren
- 1 Ei
- 1 Muffinform



### Zubereitung:

5 EL Milch und Vanillezucker aufkochen lassen, Himbeeren zufügen und bei schwacher Hitze 3 Minuten erhitzen. Abkühlen lassen. Mehl mit Backpulver mischen, Zucker, weiche Margarine und Ei verrühren. Mehlgemisch und übrige Milch unterrühren. Himbeeren mit Flüssigkeit unter den Teig mischen. Blech fetten, Teig einfüllen und bei 175 °C ca. 25 Minuten backen.

### Tipp:

Um die Muffins später gut aus der Form lösen zu können, einfach die gefettete Form zusätzlich mit Paniermehl bestreuen.

### Nährwerte (pro Stück):

kcal 130 | EW 3,1 g | Fett 3,1 g | KH 22,1 g



# news-coupon

- Bitte schicken Sie mir einen Hausprospekt der Klinik.
- Bitte schicken Sie mir eine Klinik-CD-ROM.
- Bitte schicken Sie mir eine BMI-Scheibe.