



# Homeopathie en kinderen met ADHD

**Is je kind Alle Dagen Heel Druk? Dan heeft je zoon of dochter ADHD. Deze afkorting staat officieel voor Attention Deficit Hyperactivity Disorder. In goed Nederlands gaat het om een aandachtstekortstoornis met hyperactiviteit. Een kind met ADHD heeft last van aandachts- of concentratieproblemen, is impulsief en hyperactief. Omdat deze kinderen in het moment leven, hebben ze weinig besef van tijd. Ze zijn gemakkelijk afgeleid, vergeetachtig, raken dingen kwijt, hebben er moeite mee iets te organiseren en vermijden langdurige mentale inspanning.**

## **Symptomen**

Veel praten, niet kunnen wachten, zich aan anderen opdringen, niet luisteren wanneer zij worden aangesproken, niet lang met iets kunnen spelen – dit zijn symptomen van hun impulsiviteit. Symptomen van hun lichamelijke onrust zijn: veel bewegen, hard fietsen, rennen, niet aan tafel blijven zitten, niet in de klas op hun stoel blijven zitten, wiebelen met armen en benen. Veel van deze verschijnselen zijn normaal en zien we bij alle kinderen, maar bij hyperactieve kinderen komen ze vaker voor.

Chaos, wederzijds onbegrip en misverstanden thuis en op school zijn onvermijdelijk. Zonder adequate behandeling bestaat de kans dat het kind antisociaal gedrag ontwikkelt en verslavende middelen gaat gebruiken. Is een kind jonger dan zeven jaar, vertoont het veel van de hierboven genoemde verschijnselen en houden die langer dan zes maanden aan, dan is er mogelijk sprake van ADHD.

Bij het vaststellen van ADHD wordt gebruik gemaakt van de DSM IV-criteria. ADHD is geen ziekte maar een stoornis – een totaal aan bepaalde afwijkende gedragingen bij een kind. ADHD komt voor bij 1 tot 9 procent van alle kinderen en driemaal zoveel bij jongens als bij meisjes. Bij 60 tot 70 procent is er sprake van een erfelijke factor.

## **Oorzaken van ADHD**

Over de oorzaken van ADHD is nog weinig met zekerheid te zeggen. In elk geval is er niet één enkele oorzaak. Met tweelingstudies is aangetoond dat erfelijke factoren een rol spelen. Waarschijnlijk is ook het alcohol- en nicotinegebruik van de moeder tijdens de zwangerschap van invloed. Tot nu toe is er geen ondergrens van beide stoffen aangetoond; afhankelijk van de vatbaarheid van het kind zou een enkel glas al voldoende kunnen zijn voor het ontstaan van ADHD.

## **Gevolgen van ADHD**

Antroposofische onderzoekers hebben nagegaan hoe bij kinderen het vermogen tot het richten van de aandacht ontstaat. Het kind neemt iets waar in de buitenwereld en reageert daarop met een handeling. Er hoort een kleine pauze te zitten tussen waarnemen en handelen. Bij ADHD is deze pauzeperiode verminderd. Naast dit gebrek aan terughoudendheid kunnen kinderen met ADHD ook geen orde aanbrengen in gedachten, gevoelens, spreken en handelen.

## **Hoe kan ik mijn kind begeleiden?**

Er zijn diverse behandelwijzen die het kind een prettiger leven kunnen bezorgen. Dat is voor het kind een zegen en voor de naaste omgeving een hele verademing. Het inschakelen van een orthopedagoog behoort tot een van de mogelijkheden. Kinderen zijn gebaat bij een aandachtstraining als hun hyperactiviteit dit niet in de weg staat. Bij het aanbrengen van orde en structuur, die het kind in zijn eigen leven niet kan aanbrengen, is een consequente benadering noodzakelijk. Sommige ouders melden dat suiker en bepaalde additieven de kwaal kunnen verergeren. Dan kan het voorschrijven van een dieet waar het gehele gezin aan meedoet van belang zijn.

## **Wat kan een aanvullende therapie voor kinderen betekenen?**

In combinatie met een reguliere behandeling zijn aanvullende therapieën mogelijk. Een gezonde, zuivere voeding vormt de basis. Daarnaast kan het gebruik van een multivitamine en extra vitamine C belangrijk zijn. Als je gezin minder dan twee keer per week vis eet, kunnen meervoudig onverzadigde vetzuren worden ingezet, met name Omega 3 en 6-vetzuren. Verder bestaan er combinatiepreparaten waarin verschillende voedingssupplementen zitten die de doorbloeding van de hersenen en de hersenfuncties kunnen verbeteren. Dit alles valt niet onder homeopathie, maar onder de orthomoleculaire geneeskunde. Een orthomoleculair arts of therapeut kan je hierbij adviseren.

## **Wat kan een homeopathische behandeling voor kinderen betekenen?**

De homeopaat bekijkt het kind als geheel, dus inclusief zijn emotionaliteit en karaktereigenschappen. Vervolgens zoekt hij een passend geneesmiddel. Vijftig procent van de kinderen met ADHD knappen op door een homeopathische behandeling. Soms is het effect van zo'n behandeling snel merkbaar, soms duurt het maanden. Een combinatiebehandeling van een reguliere en een homeopathische therapie verdient vaak aanbeveling.

## **Belangrijke homeopathische geneesmiddelen bij de behandeling van ADHD zijn:**

*Agaricus* (vliegenzwam), *Arnica* (valkruid), *Carcinosinum\**, *Hyoscyamus* (bilzekruid), *Lachesis* (bosmeesterslang), *Medhorrhinum\**, *Nux vomica* (braaknoot), *Phosphorus* (gele fosfor), *Stramonium* (doornappel), *Tarentula* (grote wolfspin), *Tuberculinum\**, *Veratrum album* (witte nieswortel) en *Zincum* (zink).

\*Dit zijn geneesmiddelen gemaakt van menselijke ziekteproducten.

## **Waar kan ik terecht voor deskundige behandelaars en meer informatie?**

- Koninklijke Vereniging Homeopathie Nederland (KVHN)  
020 - 617 83 08  
info@vereniginghomeopathie.nl [www.vereniginghomeopathie.nl](http://www.vereniginghomeopathie.nl)
- ADHD Stichting Parallelweg 5 5431 CA Cuijk [info@adhd.nl](mailto:info@adhd.nl) [www.adhd.nl](http://www.adhd.nl),
- Hulpguids.nl. De gids voor de geestelijke gezondheidszorg [www.hulpgids.nl](http://www.hulpgids.nl)
- Landelijk Bureau Balans Postbus 93 3720 AB Bilthoven  
030 - 2255050 [www.balansdigitaal.nl](http://www.balansdigitaal.nl)

## **Word lid en profiteer van de voordelen.**

Kijk op [www.vereniginghomeopathie.nl](http://www.vereniginghomeopathie.nl) of bel 020 - 617 83 08.

Deze brochure is met de grootste zorg samengesteld. Desondanks aanvaarden auteurs, uitgever en/of derden geen enkele aansprakelijkheid voor het al of niet bereiken van het te verwachten resultaat en eventuele consequenties daarvan, ontstaan uit het opvolgen van de adviezen uit deze brochure. In geval van twijfel is het steeds raadzaam om een homeopathisch behandelaar te raadplegen.

Gezond  
beter  
worden.  
**homeopathie**