

Wie sehr darf Philipp zappeln?

Mit Hilfe alternativer Therapien zeigen Forscher, dass ADHS-Kinder auch ohne Medikamente lernen, soziale Situationen zu bewältigen

Kindern mit Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS) wird oft und gern Ritalin verabreicht. Das soll die Konzentration erhöhen. Doch Frankfurter Forscher haben nun herausgefunden: Eine Psychotherapie wirkt mindestens genauso gut wie die Gabe umstrittener Medikamente.

VON REGINE WARTH

FRANKFURT/STUTT GART. Stefan schafft es morgens nie pünktlich in die Schule, weil er sich nicht entscheiden kann, welchen Pullover er anziehen soll. Aysel kann sich nur schlecht konzentrieren. Fünf Minuten richtet sie ihre Aufmerksamkeit auf die Matheaufgabe, dann schweift der Blick ab zum Fenster, oder sie kipelt mit dem Stuhl. „Zappelphilipp“ werden Kinder wie Aysel und Stefan genannt, bei denen eine Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung festgestellt wurde – besser bekannt als ADHS. In Deutschland leidet angeblich jedes 20. Kind darunter.

Hilfe gibt es für diese Kinder meist in Form einer Pille: So werden zur Behandlung von ADHS Stimulanzien eingesetzt, die den Stoffwechsel im Gehirn beeinflussen. Dazu gehören Methylphenidat und Amphetamin-derivate. Das bekannteste Mittel heißt Ritalin, was Millionen von Zappel-Stefans und Zappel-Aysels verordnet wird. Die Pillen verbessern die Konzentrationsfähigkeit und das räumliche Vorstellungsvermögen und sorgen dafür, dass Kinder ruhiger und angepasster werden. Der Störenfried wird zum Ruhepol, so das Versprechen.

Das klingt einfach. Zu einfach, wie viele Experten finden – darunter auch die Psychoanalytikerin Marianne Leuzinger-Bohleber, die das Sigmund-Freud-Institut in Frankfurt leitet. Die Direktorin beobachtet äußerst kritisch die Abgabe der Medikamente, deren Langzeitwirkung noch nahezu unerforscht sind und die zudem im Verdacht stehen, psychisch stark abhängig zu machen. „Wir haben uns gefragt, ob die Verschreibung der Medikamente bei wirklich jedem Kind gerechtfertigt ist.“ Denn um ADHS-Kindern zu helfen, braucht es oft keine Pillen. „Es braucht eine Psychotherapie.“

Viele Kinder, die als hyperaktiv gelten, sind traumatisiert

Insgesamt 36 Monate hat die Psychoanalytikerin zusammen mit Kollegen 73 Kinder im Alter zwischen sechs und elf Jahren, bei denen ADHS oder eine Störung des Sozialverhaltens diagnostiziert wurde, für eine wissenschaftliche Langzeitstudie begleitet. „Eine Gruppe erhielt eine Kombinationstherapie aus Medikamenten und einer Verhaltenstherapie“, sagt Leuzinger-Bohleber. Bei den anderen Kindern wurde auf Medikamente vollständig verzichtet: Sie erhielten ausschließlich eine psychoanalytische Kindertherapie.

Tatsächlich stellte sich im Lauf der Studie heraus, dass eine solche Therapie – in der die Kinder Mechanismen lernten, wie sie mit ihrer inneren Unruhe klarkommen – auf lange Sicht in vielen Fällen besser wirkte als eine medikamentöse Behandlung. Die Ergebnisse dieser bislang international einzigartigen Studie wurden nun im Stuttgarter Robert-Bosch-Krankenhaus im Rahmen einer Fortbildungsveranstaltung zum Thema ADHS vorgestellt.

Für Leuzinger-Bohleber ist die Studie ein Beweis für das, was sie schon lange verkündet – und was nur selten gern vernommen wird: nämlich dass es zu kurz gefasst ist, allein nach medizinischen und genetischen



Die Anlage zu ADHS ist zum Teil angeboren. Allerdings fällt die Störung oft erst in der Schule auf, wenn das Kind Lernprobleme hat, nicht still sitzen und nicht aufpassen kann
Illustration: Fotolia/Ettischer

Info

Hat mein Kind ADHS?

- Eine Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung (ADHS) tritt meist im Kindergarten oder in der Schule auf, sagt die Psychoanalytikerin Marianne Leuzinger-Bohleber vom Sigmund-Freud-Institut in Frankfurt. Oft beklagen sich Lehrer über das Kind, dass es nicht still sitzen und sich zudem nicht konzentrieren kann.
- Leuzinger-Bohleber rät betroffenen Eltern, zu einem Kinderarzt, -therapeuten oder -psychologen zu gehen und das Störungsbild genau abklären zu lassen. „Viele Kinder haben bei der Einschulung ganz normale Anpassungsprobleme.“ Nur wenige, etwa drei bis fünf Prozent, leiden wirklich an ADHS. Diesen Kindern sollte man frühzeitig die pädagogische und therapeutische Hilfe zukommen lassen. „Es gibt viele Verläufe, bei denen sich die Kinder dann ganz normal entwickeln.“
- Weitere Infos zu ADHS gibt es im Netz, www.adhs.de. (wa)

Gründen für eine ADHS-Erkrankung zu suchen. „Insgesamt gehen wir von einem komplexen Zusammenwirken einer genetisch angelegten Schwachstelle und frühen Umwelteinflüssen aus.“ Genau deswegen seien Medikamente nicht bei allen Betroffenen die richtige Wahl. „Medikamente gibt man Kindern, wenn sie krank sind, aber unserer Erfahrung nach sind die Kinder nicht krank“, sagt Leuzinger-Bohleber. Manche könnten sich nur nicht an das anpassen, was heutige Schulen verlangen: „Sie haben ein großes Bedürfnis nach Bewegung und nach kreativer Gestaltung ihrer Freizeit. Doch diese Bedürfnisse werden im Alltag nur ungenügend gestillt.“

Andere Kinder leiden unter unverarbeiteten psychischen Problemen oder Traumatisierungen. Sie erleben Gewalt in der Familie, wachsen mit einem chronisch oder psychisch kranken Elternteil auf oder erleben Dinge wie Krankheit oder Flucht, die sie nicht verarbeiten konnten. Sobald die professionelle Aufarbeitung seitens der Psychologen und Psychoanalytiker griff und die Kinder lernten, mit ihrem Problem umzugehen, wurden sie insgesamt ruhiger – ganz ohne Pillen.

Die Studie der Frankfurter Psychoanalytiker könnte eine Trendwende markieren. Bisher war die Tendenz bei Ritalin und Co. stets steigend. Erst im vergangenen Jahr hat der Verbrauch erstmals seit 20 Jahren etwas abgenommen, ist aber nach Meinung vieler Experten immer noch auf einem sehr hohen Niveau: Nach Angaben des Bundesinstituts für Arzneimittel und Medizinprodukte (BfArM) wurden im Jahr 2012 1839 Kilogramm des Wirkstoffs Methylphenidat verbraucht, 2013 waren es sogar 1803 Kilo.

Über die Gründe für die immer noch hohen Verschreibungszahlen lässt sich nur spekulieren: Kritische Stimmen unterstellen der Pharmaindustrie, ein intensives Marketing zu betreiben, was dazu führe, dass so mancher Arzt allzu schnell ein Rezept für Ritalin ausstelle. „Hinzu kommt, dass Psychotherapien Zeit brauchen und auch auf den ersten Blick sehr teuer sind, obschon sie im Endeffekt viele Kosten sparen“, sagt Leuzinger-Bohleber. Oft fehle es in der Familie an der Motivation dafür. Die Frankfurter Experten hoffen, mit ihrer Studie für mehr Aufklärung zu sorgen. „Es liegt uns fern, Medikamente zu verteufeln“, sagt Leuzinger-Bohleber. So kann Ritalin in besonders in schweren Fällen durchaus helfen. „Wir wollen aber erreichen, dass Medikamente bei ADHS-Kindern nur als Notlösung angewendet werden sollen.“ Um Betroffenen langfristig zu helfen, brauche es mindestens eine Kombination aus Medikamenten- und Psychotherapie.