

## Presseinformation

### Ernährungsumstellung bei Hyperaktivität

Sie sind zappelig, unkonzentriert, aggressiv und können sich selbst nur schlecht steuern: Hyperaktive Kinder bedeuten für Eltern, Erzieher und das gesamte Umfeld eine immense nervliche Belastung. Dabei wünschen sich auch die Kinder selbst oft nichts mehr, als ein ganz normales Leben zu führen.

Die Gabe von Psychopharmaka ist für viele Ärzte und Eltern die einfachste und wirkungsvollste Therapie. Wer die »chemische Keule« für seinen kleinen Zappelphilipp ablehnt, hat meist eine zermürende Odyssee durch Arzt- und Psychotherapeutenpraxen vor sich; einen Leidensweg, der ein hohes Maß an Eigeninitiative verlangt. Ein vielversprechender, wenn auch noch immer wenig beachteter Ansatz ist es, als Ursache der Hyperaktivität eine Allergie – zum Beispiel gegen Lebensmittel – in Betracht zu ziehen.

Im pala-verlag ist in Zusammenarbeit mit dem Institut für Umweltkrankheiten in Bad Emstal ein Buch erschienen, in dem dieser Ansatz Beachtung findet.

»Ernährungsumstellung – eine Chance für mein hyperaktives Kind« ist der Erfahrungsbericht einer betroffenen Mutter, die am Beispiel ihres Sohnes sehr engagiert beschreibt, welche Höhen und Tiefen die ganze Familie durchgemacht hat, bis der für alle erfolgversprechendste Weg gefunden war: Eine Ernährungsumstellung mit einer Rotationsdiät.

Begleitend wird in einem Informationsteil dargestellt, inwieweit Allergien – insbesondere Lebensmittelallergien – als Ursache für Hyperaktivität in Fragen kommen. Die Ernährungsumstellung mit einer Rotationsdiät und ihre medizinischen Hintergründe werden anschaulich erläutert.

(1604 Zeichen)

Kirsten Hohmuth:  
**Ernährungsumstellung – eine Chance für mein hyperaktives Kind**  
Ein Erfahrungsbericht  
pala-verlag, Darmstadt  
176 Seiten, Hardcover  
16,00 €  
ISBN: 978-3-89566-142-6  
gedruckt auf 100% Recyclingpapier



**Gerne können Sie von uns die Coverabbildung und den Pressetext in Dateiform erhalten.**

Bitte senden Sie dazu eine E-Mail an: k.durchdenwald@pala-verlag.de

Bitte schicken Sie Ihren Beleg an:

pala-verlag, Presseabteilung, Postfach 11 11 22, 64226 Darmstadt