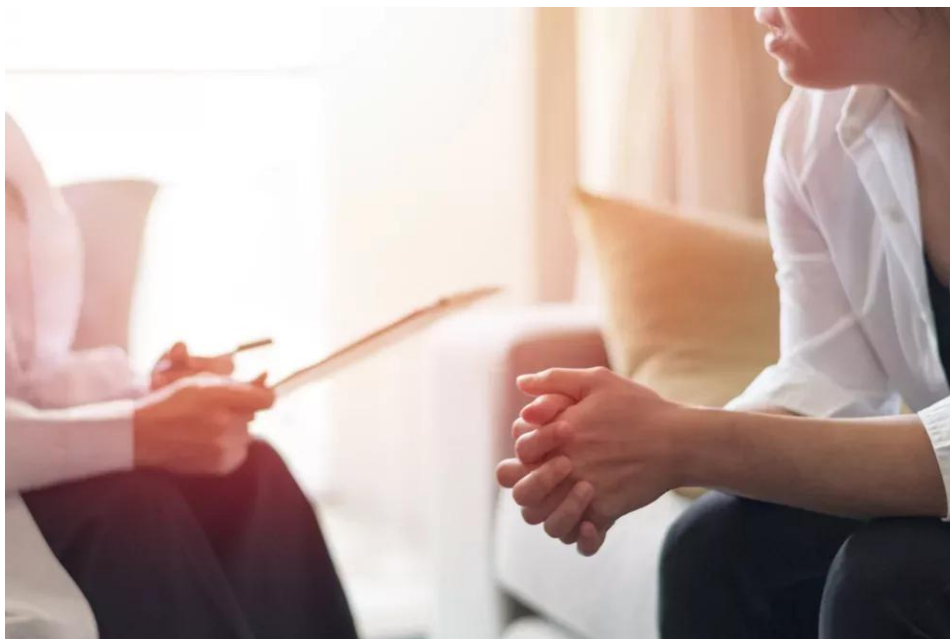




Natürliche Wege zur Heilung von ADHS-Symptomen: Faktoren, die aufdecken

Viele Eltern versuchen, ADHS-Symptome auf natürliche Weise zu heilen, da sie Bedenken hinsichtlich Nebenwirkungen, Missbrauch und Suchtproblemen haben und Probleme haben, Rezepte für ADHS-Medikamente zu bekommen. Während Studien gezeigt haben, dass verschreibungspflichtige Medikamente zusammen mit Psychotherapie, Verhaltensinterventionen und Coaching wirksamer sind als verschreibungspflichtige Medikamente allein, haben Forscher gerade damit begonnen, die Wirksamkeit dieser Methoden zur Behandlung von ADHS ohne Medikamente zu testen. Wichtig ist, dass klinische Studien begonnen haben, natürliche Wege zu untersuchen, um ADHS-Symptome zu stoppen, wie z. B.

Ernährungsumstellungen, Vitamine und Nahrungsergänzungsmittel sowie homöopathische Mittel. Diese Untersuchung wurde aufgrund der steigenden Zahl von Eltern gestartet, die positive Ergebnisse …



Viele Eltern versuchen, ADHS-Symptome auf natürliche Weise zu heilen, da sie Bedenken hinsichtlich Nebenwirkungen, Missbrauch und Suchtproblemen haben und Probleme haben, Rezepte für ADHS-Medikamente zu bekommen.

Während Studien gezeigt haben, dass verschreibungspflichtige Medikamente zusammen mit Psychotherapie, Verhaltensinterventionen und Coaching wirksamer sind als verschreibungspflichtige Medikamente allein, haben Forscher gerade damit begonnen, die Wirksamkeit dieser Methoden zur Behandlung von ADHS ohne Medikamente zu testen.

Wichtig ist, dass klinische Studien begonnen haben, natürliche Wege zu untersuchen, um ADHS-Symptome zu stoppen, wie z. B. Ernährungsumstellungen, Vitamine und Nahrungsergänzungsmittel sowie homöopathische Mittel. Diese Untersuchung wurde aufgrund der steigenden Zahl von Eltern gestartet, die positive Ergebnisse mit diesen Methoden melden.

Verhaltensinterventionen

Einige der Verhaltensinterventionen, die in der Psychotherapie gelehrt werden, beinhalten, Kindern Wege beizubringen, sich auf die Schulaufgaben zu konzentrieren, sich zu entspannen und sich selbst Hinweise zu geben, um wieder auf den richtigen Weg zu kommen, wenn sie abgelenkt werden.

Darüber hinaus kann der Therapeut das Kind in Spiele einbeziehen, damit das Kind die Impulskontrolle lernen und den Eltern beibringen kann, wie sie mit dem Verhalten des Kindes umgehen sollen. Der Therapeut wird auch mit den Eltern zusammenarbeiten, um den Lehrer des Kindes einzubeziehen, das Kind dabei zu unterstützen, diese natürlichen Wege zur Heilung von ADHS-Symptomen zu nutzen.

Ernährungsumstellung

Einige Experten schlagen vor, die Menge an raffiniertem Zucker

und anderen einfachen Kohlenhydraten zu reduzieren, um die ADHS-Symptome der Hyperaktivität auf natürliche Weise zu stoppen. Der Grund für diesen Vorschlag ist, dass raffinierter Zucker und Kohlenhydrate Blutzuckerspitzen verursachen können, die Unruhe verursachen können. Darüber hinaus kann die Zugabe von Ballaststoffen und komplexen Kohlenhydraten helfen, Hyperaktivität zu reduzieren.

Eine weitere Ernährungsumstellung, die viele Eltern versuchen, ihrem Kind bei der Bewältigung von ADHS zu helfen, besteht darin, Lebensmittelfarbstoffe, synthetische Aromen und Konservierungsstoffe zu eliminieren. Einige Ärzte haben festgestellt, dass diese Lebensmittelzusatzstoffe, insbesondere rote Lebensmittelfarbe, die mit ADHS verbundene Unruhe zu erhöhen scheinen.

Erste klinische Studien haben gemischte Ergebnisse hinsichtlich der Wirksamkeit dieser Ernährungsumstellungen als natürliche Wege zur Heilung von ADHS-Symptomen wie Zappeln und Ruhelosigkeit gezeigt.

Vitamine, Nahrungsergänzungsmittel und homöopathische Behandlungen

Viele Eltern haben auf ihrer Suche nach natürlichen Wegen, ADHS-Symptome zu stoppen, Vitamine, Nahrungsergänzungsmittel und homöopathische Mittel als Alternative zu verschreibungspflichtigen Medikamenten zugewendet. Zu den Vitaminen und Nahrungsergänzungsmitteln, die bei der Behandlung von ADHS wirksam zu sein scheinen, gehören Zink, Fisch und Nachtkerzenöl, Eisen und eine Kombination aus Ginseng und Gingko biloba.

Einige der homöopathischen Mittel, die klinische Wirksamkeitsnachweise aufweisen, sind Hyoscyamus, Tuberculinum, Arsen Iod und Verta Alb.

WICHTIG: Konsultieren Sie den Kinderarzt Ihres Kindes, bevor Sie irgendeine Art von ADHS-Intervention versuchen, einschließlich des Absetzens von verschreibungspflichtigen Medikamenten.

Heilpraktiker Psychotherapie

Heilpraktiker Psychotherapie finden Sie am besten in unserem kostenlosen Heilpraktiker Verzeichnis. Um alle Heilpraktiker Psychotherapie anzuzeigen, klicken Sie bitte hier.

Details

Besuchen Sie uns auf: natur.wiki