



ADHS – Folge von Impfungen und schlechter Ernährung?

Autor: Friedrich Klammrodt

Aktualisiert: 12 Februar 2021

Obwohl die Voraussetzungen an Schulen heute um einiges besser als noch zu Beginn der 1970er Jahre sind, lassen die Lernergebnisse zu wünschen übrig. Parallel zum Absinken der Lernleistungen beklagt man eine ständig zunehmende Zahl von Kindern mit Aufmerksamkeits- und/oder Verhaltensstörungen (was heute meist als ADHS (Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-Syndrom) bezeichnet wird). Friedrich Klammrodt, Lehrer, Gesundheitsberater und Autor beleuchtet die Situation an unseren Schulen von einem ganzheitlichen Blickwinkel aus und gibt Hinweise zu möglichen Ursachen.

Schulbildung von hoher Qualität

Noch zu Beginn der 70er-Jahre wurden durchweg mehr als 30 Kinder in einer Schulklasse unterrichtet, nicht selten - auch im 1. Schuljahr - sogar weit über 40. Dagegen sind die heutigen Zahlen geradezu traumhaft: zumeist deutlich unter 30 Kinder, in einigen Klassen sogar unter 20 wie an meiner Grundschule. Im Vergleich mit der früheren Ausstattung der Schulen mit Lehr- und Lernmitteln - sie war wirklich kümmerlich - findet man heute in dieser Hinsicht ein wahres Paradies vor.

Besondere Erwähnung verdienen die an allen Schulen standardmässig vorhandenen Kopiergeräte. Mit ihnen lassen sich Materialien von hoher Qualität bequem herstellen, genau zugeschnitten auf eine bestimmte Klasse oder förderungsbedürftige Schüler.

Eine Vorbereitung auf das Leben und Lernen in einer grösseren Gruppe fand früher vor der Schulzeit kaum statt, da nur wenige Kinder in den Kindergarten geschickt wurden. Heute besucht nahezu jedes Kind eine derartige Einrichtung.

"Dramatische Leistungskrise" in unseren Schulen

Derartig günstige Voraussetzungen lassen eigentlich bessere Lernergebnisse als früher erwarten. Leider ist genau das Gegenteil eingetreten. Sie haben sich - vor allem bei den Jungen - in allen Fächern zum Teil dramatisch verschlechtert, in extremer Weise in der Rechtschreibung.

Mit Testdiktaten aus den 60er-Jahren würde man heute eine mittlere Katastrophe erleben. Immer häufiger versagen Kinder in der Schule trotz normaler oder gar überdurchschnittlicher Intelligenz. Auch ein mit nicht unerheblichem Aufwand betriebener Förderunterricht kann die auftretenden Schwächen nur höchst unzureichend beseitigen.

"Wir haben die dramatischste Leistungskrise aller Zeiten",

sagte Prof. Christian Pfeiffer, Direktor des Kriminologischen Forschungsinstituts Niedersachsen, bei einer Tagung in der Evangelischen Akademie Tutzing.

ADHS auf dem Vormarsch

Parallel zum Absinken der Lernleistungen beklagt man eine ständig zunehmende Zahl von Kindern mit Verhaltensstörungen, heute meist als [ADHS](#) (Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-Syndrom) bezeichnet.

Wenn man auch solche Kinder mit rechnet, die "nur" kaum still sitzen und zuhören können, ansonsten aber noch einigermaßen gruppentauglich sind, beträgt der Anteil von ADHS-Kindern

pro Klasse etwa satte 30 - 50 %. Jungen sind von dieser Störung weitaus häufiger betroffen als Mädchen.

Früher: Schule - heute: Anstalt für schwer Erziehbare

Die Schule hat sich über die Jahre den Verhältnissen einer Anstalt für schwer Erziehbare angenähert. Nicht wenige Schulkinder sind als psychiatrische Fälle einzustufen. Anspruchsvoller Unterricht **und** "Intensiv-Erziehung" sind fast nicht miteinander zu vereinbaren. Der Umgang mit heutigen Problemkindern in der Schule geht über die normale Erziehungsarbeit, die selbstverständlich zum Lehrerberuf gehört, weit hinaus. Unterrichten ist zur Schwerstarbeit geworden.

Nicht wenige Lehrer sind - besonders in der Hauptschule - durch permanente Unterrichtsstörungen Belastungen ausgesetzt, die das Mass des Erträglichen deutlich überschreiten. Älteren Lehrergenerationen, die noch in den 60er-Jahren ihren Dienst taten, waren derartige Erscheinungen nahezu fremd. Schulehalten war in der Regel eine freudvolle Tätigkeit, nicht selten ein Vergnügen.

Glücklicherweise gibt es immer noch manche Kinder mit vorbildlichem Arbeits- und Sozialverhalten und einige gut zu führende Klassen, wohl am ehesten in Gymnasien.

Die Entwicklung an unseren Schulen ist in erster Linie aus der Sicht der Grundschule dargestellt, ist jedoch in den Grundzügen auf andere Schulstufen übertragbar.

ADHS senkt Leistungsniveau

Das [ADHS](#) ist in hohem Masse für die anfangs erwähnten erbärmlichen Schulleistungen verantwortlich. Wenn sich Lehrer - sie sind keine Zauberkünstler - immer wieder überdrehten, wenig lernwilligen Schülern zuwenden müssen, geht das zu Lasten eines anspruchsvollen, effizienten Unterrichts.

Auch die "normalen" Kinder kommen zu kurz. Kinder mit ausgeprägter Konzentrationsschwäche, einem Leitsymptom des ADHS, bleiben weit unter den Leistungen, die ihrem Vermögen entsprechen. Wenn also das Leistungsniveau an unseren Schulen wieder gehoben werden soll, müssen vorrangig Massnahmen zur Besserung des ADHS ergriffen werden. Förder- und Nachhilfeunterricht allein führen nicht zum Ziel.

ADHS ist nicht allein ein Erziehungsproblem

Zu einer durchgreifenden Lösung des ADHS-Problems wird es erst kommen, wenn von der weit verbreiteten Ansicht, vor allem mangelhafte elterliche Erziehung führe zu Verhaltensstörungen, Abschied genommen wird.

Gute Erziehung kann ADHS-Symptome wohl mildern. Schlechte Erziehung kann sie verstärken, verursacht das ADHS - von wenigen Ausnahmen abgesehen - aber nicht.

Schliesslich ist es kein Geheimnis, dass pädagogisch-psychologisch orientierte Massnahmen allein in der Regel wenig Wirkung zeigen. Es muss also noch andere Faktoren geben, die die Erziehbarkeit von Kindern beeinträchtigen.

ADHS durch falsche Ernährung?

Da ist vor allem die tägliche Ernährung zu nennen, die heute einen beklagenswerten Tiefstand erreicht hat. Es werden Ernährungsfehler in einem bisher nicht gekannten Ausmass begangen.

Entwertete Industriekost (Fastfood) hat in sehr vielen Haushalten unverfälschte, gesunde Nahrungsmittel weitgehend verdrängt. Hinzu kommt ein übermässiger Verzehr süsser chemieträchtiger Sachen. Minderwertige Nahrung bringt nicht nur den Körper, sondern auch Gehirn und Nervensystem aus dem Gleichgewicht.

Man spricht von einer "Hirnfunktionsstörung". Das Gehirn erhält nicht mehr ausreichend Nährstoffe und wird zusätzlich durch fragwürdige Substanzen (z.B. Nahrungsmittelzusätze) belastet. Es kann nicht mehr mit voller Leistung arbeiten. Die einstige "gutbürgerliche" Kost wies ebenfalls genug Mängel auf, darf aber im Vergleich mit der gegenwärtigen Ernährung schon als Gesundheitskost bezeichnet werden. Hier finden Sie viele [gesunde Rezepte](#).

Gesunde Ernährung bei ADHS

Einige wichtige Merkmale einer Kost, die sich bei ADHS-Kindern als überaus nützlich erwiesen hat, sind die folgenden:

- Meiden Sie alle Fertigprodukte mit chemischen/biotechnologischen Zusätzen (Farbstoffe, Konservierungsstoffe, Geschmacksverstärker, Aromen etc.)
- Verzichten Sie weitgehend auf Fabrikzucker und daraus hergestellte Süßigkeiten
- Bevorzugen Sie naturbelassene Öle und Fette
- Bieten sie Ihrem Kind ausreichend Rohkost
- Bevorzugen Sie Lebensmittel aus biologischem Anbau
- Beobachten Sie Ihr Kind genau und versuchen Sie mögliche Zusammenhänge zwischen seinem Verhalten und manchen Lebensmitteln festzustellen. So verstärken sich die Symptome mancher Kinder durch den Verzehr von solchen Lebensmitteln, die gemeinhin als gesund sind, dies aber keinesfalls sind (zumindest nicht für alle Menschen). Dazu gehören z.B. Milch, Weizen und manchmal auch Nüsse. Lassen Sie notfalls überprüfen, ob Ihr Kind an Nahrungsmittelunverträglichkeiten/Allergien leidet, damit Sie die entsprechenden Lebensmittel gezielt meiden können.

Gesunde Ernährung hilft Kindern UND Eltern

Die Wirkungsweise gesunder Ernährung auf das Gehirn ist noch nicht restlos geklärt. Keinen Zweifel aber gibt es jedoch darüber, dass sie wirkt. Seriöse Studien und zahllose Erfahrungen belegen, dass eine Ernährungsumstellung in deutlich mehr als der Hälfte aller Fälle zu einer guten, anhaltenden Besserung des Verhaltens und der Lernstörungen führt. Manche Kinder verändern sich so sehr, dass sie kaum wieder zu erkennen sind.

Eine gesunde Kost bringt aber nicht automatisch bessere Lernergebnisse hervor. Sie erspart den Kindern keinesfalls das Lernen, die geistige Anstrengung. Sie beseitigt aber das "Chaos im Kopf" und schafft so die Voraussetzung dafür, dass die aufgewendeten Mühen auch zum Erfolg führen.

Die "andere" Ernährung kommt auch den durch ein ADHS-Kind gestressten Müttern und Vätern zugute. Sie geraten durch belastende Nahrungsmittel ebenfalls in eine labile psychische Verfassung, was erklärt, warum sie sich oft völlig überfordert fühlen, ihr anstrengendes Kind im Zaum zu halten.

Positive Erfahrungen mit dieser Kost konnten meine Frau und ich auch bei unseren eigenen verhaltensauffälligen Kindern sammeln. Bereits kurz nach der Kostumstellung begann sich deren Verhalten zu bessern. Auffallend waren auch eine Zunahme der Lernfreude und des Konzentrationsvermögens sowie eine Verbesserung der Schulleistungen.

Impfungen beeinflussen das Gehirn

Auch Impfungen lassen bei empfindlichen Kindern häufig den Hirnstoffwechsel entgleisen und rufen die gleichen unerwünschten Verhaltensweisen hervor wie ungesundes Essen. Unserem eigenen Sohn wurde eine Fünffach-Impfung zum Verhängnis. Wenige Tage danach wurde er hyperaktiv.

Vorher war er ein fröhliches, friedliches und völlig unkompliziertes Kind, das auch auf seine Spielsachen stets sorgsam achtete. Ähnliche Fälle gibt es massenhaft. Ärzte und Heilpraktiker, die mittels spezieller Verfahren und Geräte ADHS-Kinder auf eine Impfbelastung untersuchen, werden tatsächlich meistens fündig.

Eine sich anschliessende Therapie (z.B. mit klassischer Homöopathie oder Bioresonanz) führt dann meist relativ schnell zu einer spürbaren Besserung des Verhaltens. Naturheilärzte stehen Impfungen sehr kritisch gegenüber, manche lehnen sie sogar völlig ab.

Der Knackpunkt ist die grosse Zahl von Impfungen. Heute werden bis zur Einschulung 41 Impfungen empfohlen, früher (bis etwa 1970) waren es gerade mal 4.

* Das Handbuch für die individuelle Impfscheidung erhalten Sie hier: [Impfen Pro & Contra von Dr. Martin Hirte](#)

* Im [Buch die Impf-Illusion](#) können Sie die verheimlichten Fakten über Infektionskrankheiten und Impfungen nachlesen.

Fazit

Die Umstellung der Ernährung auf eine hochwertige, verträgliche Kost sowie die Beseitigung von Impfschäden bzw. ein Zurückschrauben der Zahl von Impfungen auf ein vertretbares Mass sind zwingend notwendig, wenn in die Schulen (und Familien) wieder mehr Ruhe und Frieden einkehren und die Schulleistungen sich bessern sollen. Das Kinderernährungswerk Hamburg bringt es auf den Punkt:

"Ungesund ernährte Kinder können nicht wirksam erzogen und unterrichtet werden; sie sind weniger leistungs- und sozialfähig, als sie sein könnten."

Allein die Beachtung einer gesunden Kost und von Impfschäden führen natürlich nicht zu besserem Verhalten und angemessenen Lernergebnissen. Derartige Massnahmen ersparen den Eltern keineswegs eine verantwortungsvolle Erziehung und den Kindern die geistige Anstrengung des Lernens, sondern schaffen "nur" die biologischen Voraussetzungen (intakte Hirnchemie), damit beides gelingt.

Autor: Friedrich Klammrodt, Lehrer und Gesundheitsberater

Update 7.8.2020

In der Fachinformation von Boostrix®, dem aluminiumhaltigen Dreifachimpfstoff (0,5 mg Aluminium pro Impfdosis) gegen Diphtherie, Tetanus und Keuchhusten steht in der Rubrik der Nebenwirkungen:

Psychiatrische Erkrankungen:

- Sehr häufig: Reizbarkeit

Erkrankungen des Nervensystems:

- Sehr häufig: Schläfrigkeit
- Häufig: Kopfschmerzen
- Gelegentlich: Aufmerksamkeitsstörungen

- Sehr häufig bedeutet: mindestens 1 von 10 geimpften Personen
- Häufig bedeutet: 1 bis 9 Personen von 100 geimpften Personen
- Gelegentlich bedeutet: 1 bis 9 Personen von 1000 geimpften Personen

Die genannten Beschwerden und Symptome passen sehr gut zu einem ADHS, so dass also sogar offiziell bekannt ist, was Impfungen auslösen können. Wenn also bis zu 9 von 1000 geimpften Kindern Aufmerksamkeitsstörungen durch eine Impfung entwickeln können und jährlich etwa 700.000* Kinder in Deutschland geimpft werden (anfangs mehrfach pro Jahr), dann können pro Impfung 6.300 Kinder eine impfbedingte Aufmerksamkeitsstörung entwickeln (bei Boostrix oder ähnlichen Impfstoffen). Dazu kommen dann noch die schläfrigen und reizbaren Kinder und jene, die an Kopfschmerzen leiden, was zusammengenommen ebenfalls zu einer ADHS-ähnlichen Symptomatik führen kann (5).

*Ca. 780.000 Kinder werden pro Jahr geboren, 90 Prozent von ihnen wird geimpft, ergibt etwa 700.000 geimpfte Kinder pro Jahrgang.

**Dieser Artikel enthält Werbung. Unsere Website enthält Affiliate Links (* Markierung), also Verweise zu Partner Unternehmen, etwa zur Amazon-Website. Wenn ein Leser auf einen Affiliate Link und in der Folge auf ein Produkt unseres Partner-Unternehmens klickt, kann es sein, dass wir eine geringe*

Provision erhalten. Damit bestreiten wir einen Teil der Unkosten, die wir für den Betrieb und die Wartung unserer Website haben, und können die Website für unsere Leser weiterhin kostenfrei halten.

Quellen

- Friedrich Klammrodt: "Unkonzentriert, aggressiv, überaktiv - Ein Problem der Erziehung oder der Ernährung?"
- Friedrich Klammrodt: "ADS - eine Impffolge? Heilerfolge mit Homöopathie und Bioresonanz"
- Harris Coulter: "Impfungen - Grossangriff auf Gehirn und Seele"
- Tinus Smits: "Das Impfschaden-Syndrom"
- FACHINFORMATION, Boostrix®, Stand 2016.

Hinweis zu Gesundheitsthemen

Diese Informationen werden nach bestem Wissen und Gewissen weitergegeben. Sie sind ausschliesslich für Interessierte und zur Fortbildung gedacht und keinesfalls als Diagnose- oder Therapieanweisungen zu verstehen. Wir übernehmen keine Haftung für Schäden irgendeiner Art, die direkt oder indirekt aus der Verwendung der Angaben entstehen. Bei Verdacht auf Erkrankungen konsultieren Sie bitte Ihren Arzt oder Heilpraktiker