

# Ernährungstherapie

## bei der Aufmerksamkeitsdefizit- / Hyperaktivitäts-Störung

Ein möglicher Arbeitsbereich für Ernährungsberaterinnen und Ernährungsberater HF/FH?

Noëmi Maurer, Sabrina Pini, Bachelor -Thesis 2015  
Studiengang Ernährung und Diätetik (Bsc), ERB12,

### Einleitung

Die Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitäts-Störung (ADHS) zählt zur häufigsten psychiatrischen Störung im Kindes- und Jugendalter<sup>1</sup> und nimmt weiter zu. Da komplementäre Therapien stärker an Interesse gewinnen, rückt auch die Ernährung mehr in den Fokus von Eltern und Fachpersonen<sup>2</sup>. Obwohl bisher keine evidenzbasierten Empfehlungen existieren, werden dennoch Interventionen in diesem Bereich angeboten. **Ziel** der Bachelor-Thesis ist es, einen Einblick in dieses Angebot zu schaffen. Deshalb wurde folgende Fragestellung bearbeitet:

**Welche ernährungsspezifischen Interventionen werden in der deutschsprachigen Schweiz bei schulpflichtigen ADHS-Betroffenen empfohlen?**

### Methodik

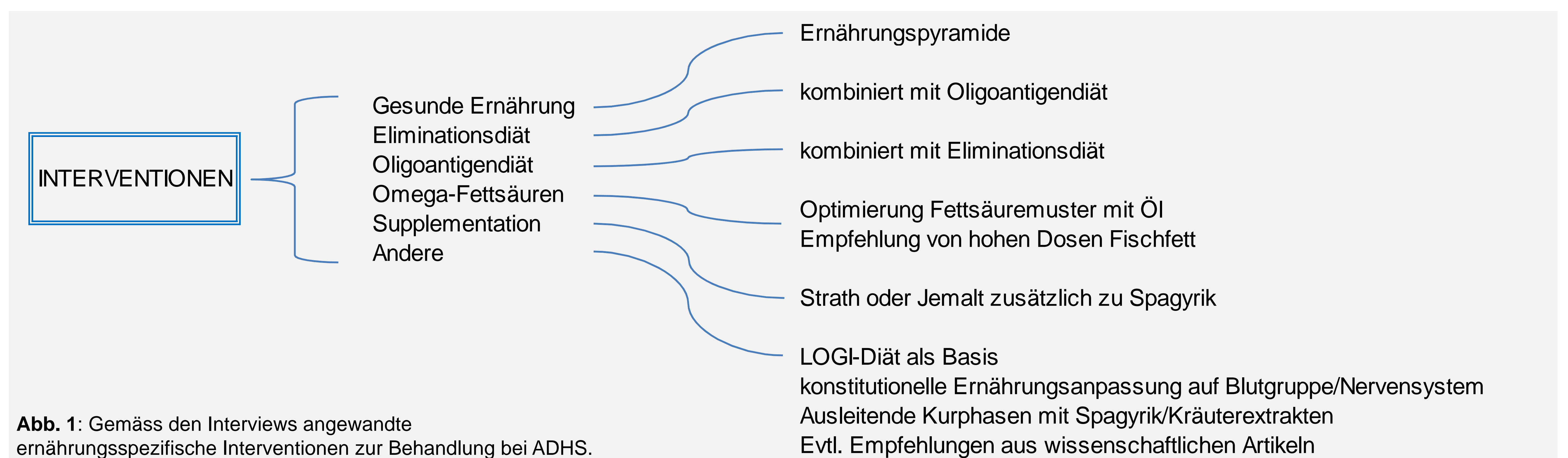
Mithilfe eines halbstandardisierten Interviewleitfadens wurden fünf Fachpersonen befragt, die ADHS-Betroffene betreuen. Damit konnten Aussagen zu momentan angewendeten ernährungsspezifischen Interventionen bei ADHS gesammelt werden. Die Interviews wurden telefonisch durchgeführt, aufgezeichnet, transkribiert und ausgewertet.

Die ursprünglich angefragten Ernährungsberaterinnen und Ernährungsberater HF/FH (ERB) konnten nicht rekrutiert werden, da sie keine Interventionen zu diesem Störungsbild anbieten.

### Ergebnisse

Die erhobenen Aussagen zeigen verschiedene ernährungsspezifische Interventionen, die angewendet werden. Sie lassen sich grob in sechs Kategorien einteilen. Die erhobenen Interventionen sind in Abbildung 1 ersichtlich.

Zusätzlich berichteten die befragten Personen über ihre Erfahrungen bezüglich der Durchführbarkeit, Wirkung und Risiken der jeweiligen Intervention.



**Abb. 1:** Gemäss den Interviews angewandte ernährungsspezifische Interventionen zur Behandlung bei ADHS.

### Diskussion und Schlussfolgerung

Die Evidenzlage der erhobenen Interventionen wird in der Fachwelt kontrovers betrachtet. Trotzdem zeigen die Ergebnisse sowie Millichap<sup>3</sup>, dass ein Angebot besteht. Die Absagen der ursprünglich angefragten ERB vermitteln den Eindruck, dass sich diese Berufsgruppe nicht am Angebot beteiligt. In erster Linie wurde das Augenmerk deshalb auf die Rolle der ERB bei der Begleitung von ADHS-Betroffenen gelegt. Ob dies ein möglicher Arbeitsbereich für die ERB darstellt, wurde anhand des CanMEDS-Modells<sup>4</sup> und den daraus entwickelten Kompetenzen betrachtet. Die entstandene Hypothese lautet:

**ADHS stellt einen möglichen Arbeitsbereich für die Berufsgruppe der Ernährungsberaterinnen und Ernährungsberater HF/FH dar.**

Aufgrund der aktuell unsicheren Evidenzlage von ernährungsspezifischen Interventionen bei ADHS bedarf es einer fachlichen Aufklärung und Begleitung der Betroffenen durch einheitlich ausgebildete Fachpersonen, wie die ERB. Zudem sprechen auch ethische und ökonomische Aspekte dafür. Weitere Studien zu Evidenz, Altersgruppenunterschiede, Bedürfnisse und Erwartungen an allfällige Begleitungen durch die Ernährungsberatung sind nötig.

#### Literatur

<sup>1</sup> American Academy of Pediatrics. (2011). ADHD: Clinical Practice Guideline for the Diagnosis, Evaluation, and Treatment of Attention-Deficit/Hyperactivity Disorder in Children and Adolescents. *Pediatrics*, 128 (5). doi:10.1542/peds.2011-2654

<sup>2</sup> Searight, H. R., Robertson, K., Smith, T., Perkins, S., & Searight, B. K. (2012). Complementary and alternative therapies for pediatric attention deficit hyperactivity disorder: a descriptive review. *ISRN psychiatry*, 2012, 804127. doi:10.5402/2012/804127

<sup>3</sup> Millichap, J. G., & Yee, M. M. (2012). The diet factor in attention-deficit/hyperactivity disorder. *Pediatrics*, 129(2), 330–337. doi:10.1542/peds.2011-2199

<sup>4</sup> Frank, J. R. (Ed). (2005). *The CanMEDS 2005 physician competency framework. Better standards. Better physicians. Better care.* Ottawa: The Royal College of Physicians and Surgeons of Canada.