



ADHS-AKTUELL Nr. 2 Februar 2006

Neurofeedback bei ADHS wird zunehmend in europäischen Laien- und Fachkreisen diskutiert. Auch in der Presse wird die Methode häufig erwähnt (z.B. „Wir Eltern“ Nr. 2, 2006; „Gehirn und Geist“, Nr. 9, 2005). Dr. phil. Markus Stucki, der diese Methode selbst gut kennt, hat deshalb den nachfolgenden Beitrag verfasst:

Neurofeedback gehört zur Gruppe der Biofeedbackverfahren. Beim Biofeedback werden dem Klienten Signale aus seinem Körper, die sich der bewussten Kontrolle entziehen, mit speziellen Messgeräten und Computerprogrammen zurückgemeldet. Durch das Bewusstmachen dieser Signale wird es möglich, Körperfunktionen wie z.B. Herzfrequenz, Blutdruck, Atmung, Muskelspannung zu kontrollieren und zu verändern.

Neurofeedback ist ein Biofeedbackverfahren bei dem Gehirnwellen mit EEG-Technologie sichtbar gemacht werden. Diese Gehirnwellen gilt es im Training zu verändern. Grundlage des Trainings ist das Wissen, dass ein gut funktionierendes Gehirn mit einer ganz bestimmten Frequenzverteilung arbeitet. Bei vielen Störungen ist dies aber nicht der Fall, das Gehirn produziert die „falschen“ Frequenzmuster an den „falschen Stellen“ oder bei den „falschen“ Tätigkeiten. Dies soll durch das Training verändert werden.

Die Methode wird heute bei Kindern und Erwachsenen zur Behandlung von mannigfaltigen Störungen wie ADHS, Depression, Epilepsie, Angststörungen, Drogenabhängigkeit u.a. eingesetzt. Gesunde setzen die Methode zur Leistungssteigerung im körperlichen und intellektuellen Bereich ein.

Beim Training erhalten die Trainierenden eine visuelle und/oder auditive Rückmeldung, wenn die angestrebte Frequenzverteilung erreicht wird. Damit lernen sie ihre Hirnstrommuster nachhaltig zu verändern und damit ihre Befindlichkeit stark zu verbessern.

Es gibt zahlreiche Studien, welche die Wirksamkeit der Methode vor allem bei der Behandlung von ADHS, Epilepsie oder Depression belegen (vgl. untenstehende Literaturangaben).

Die Methode wird zudem ständig weiterentwickelt und verbessert. So wird beispielsweise heute eine Intervention praktisch immer aufgrund von EEG-Assessments geplant, während man das Vorgehen früher aufgrund des klinischen Bildes oder einer Diagnose wählte und so bei ADHS-Betroffenen beispielsweise an zwei bestimmten Punkten das Verhältnis von Theta zu Beta zu beeinflussen versuchte.

Ein weiterer wichtiger Trend ist, dass in den letzten Jahren vermehrt mit besonders langsamen Frequenzen (<1 Hz) gearbeitet wird. Dies scheint gerade auch bei der Behandlung von ADHS ein guter Ansatz zu sein (vgl. Artikel von U. Kraft)

Neurofeedback hat als Behandlungsmöglichkeit für unterschiedlichste Störungen in den letzten Jahren enorm an Bedeutung gewonnen. Dies sieht man u.a. daran, dass das Angebot an Therapeutinnen und Therapeuten, die diese Methode anbieten, seit Ende der 90er Jahre sprunghaft zugenommen hat. Die Anbieter kommen aus den verschiedensten Bereichen, wie beispielsweise der Medizin, der Pädagogik, der Psychologie.

Es gibt aber nach wie vor kritische Stimmen, welche die Wirksamkeit der Methode bezweifeln und Ergebnisse auf den Placeboeffekt zurückführen. Die Zahl der Kritiker hat in den letzten Jahren allerdings eher abgenommen und in Europa beginnen sich zunehmend auch Universitäten intensiv mit der Methode auseinanderzusetzen. Trotzdem bleiben zahlreiche Fragen offen: So

gibt es beispielsweise nach wie vor keine Langzeitstudien. Zudem ist die Intervention häufig sehr zeitintensiv und die Finanzierung der Therapie wird dadurch zum Problem.

Wer sich vertieft mit Neurofeedback auseinandersetzen möchte, findet hier noch einige Literaturhinweise. Es sind einerseits Artikel und Bücher, die sich mit der Methode als solcher auseinandersetzen, und andererseits verschiedene Evaluationsstudien.

DEMOS, J. N.: Getting Started with Neurofeedback. W.W. Norton & Company New York, 2005 ISBN: 0-393-70450-5
www.wwnorton.com

FUCHS, T., BIRBAUMER, N., LUTZENBERGER, W., GRUZELIER, J.H. & KAISER, J. (2003): Neurofeedback treatment for attention deficit/hyperactivity disorder in children: A comparison with methylphenidate. Applied Psychophysiology and Biofeedback, 28, 1-12

KRAFT, U (2005). Lenke deinen Geist. Gehirn und Geist Nr. 9, 12-19

MONASTRA, V. J., MONASTRA, D. M., & GEORGE, S. (2002). The effects of stimulant therapy, EEG biofeedback, and parenting style on the primary symptoms of attention-deficit/hyperactivity disorder. Applied Psychophysiology & Biofeedback, 27 (4), 231-249

MONASTRA, V. J., Lynn, S., LINDEN, M., LUBAR, J.F. GRUZELIER, J. & LA VAQUE T.J. (2005): Electroencephalographic biofeedback in the treatment of attention-deficit/hyperactivity disorder. Applied Psychophysiology and Biofeedback, 30 (2), 95-114

RIEF, W., BIRBAUMER, N. (HG.): Biofeedback-Therapie. Stuttgart, New York: Schattauer 2000.
Der Verlag bereitet eine Neuauflage mit mehreren Kapiteln zum Thema Neurofeedback vor

ROBBINS, J.: A Symphony in the Brain- The Evolution of the new Brain Wave Biofeedback.
Grove Press, New York, 2000 ISBN: 0-8021-3819-5

ROSSITER, T. R. (2005).The effectiveness of neurofeedback and stimulant drugs in treating AD/HS Part II. Replication. Applied Psychophysiology & Biofeedback, 29 (4). 233-243

STEINBERG, M., OTHMER, S.: ADD - The 20-Hour Solution. Training minds to concentrate and self-regulate naturally without medication. Robert D. Reed Publishers. Bandon , OR. 2004
ISBN: 1-931741-37-9 www.rdrpublishers.com

THOMPSON, L., & THOMPSON, M. (1998). Neurofeedback combined with training in metacognitive strategies: Effectiveness in students with ADD. Applied Psychophysiology & Biofeedback, 23 (4), 243-263

THOMPSON, T. & THOMPSON, L.: The Neurofeedback Book – An Introduction to Basic Concepts in Applied Psychophysiology. The Association for Applied Psychophysiology and Biofeedback Wheat Ridge, Colorado USA 2003 www.addcentre.com

WISE, Anna: Power Mind Training – Ein Hirnwellen-Trainingsprogramm. Jungfermann Verlag. Paderborn, 1998
ISBN: 3-87387-382-6

Eine Liste der Therapeuten, die Neurofeedback anbieten, finden sich auf den untenstehenden Webseiten der beiden schweizerischen NF-Verbänden.

<http://www.neurofeedback-verband.ch>

<http://www.neurofeedbackorg.ch>

Stimulanzien mit möglichen kardialen Nebenwirkungen ?

Vor 1 Jahr haben die kanadischen Behörden für einige Monate den Verkauf von Adderall XR, einem Langzeitpräparat auf Amphetaminbasis, eingestellt, da Befürchtungen über ein erhöhtes Auftreten von plötzlichen Herztodesfällen und Herzinfarkten geäußert wurden, dies aufgrund schon lange bekannter Daten der amerikanischen Zulassungsbehörde FDA. Die FDA war damals der Auffassung, dass die erhobenen Daten dem natürlichen Vorkommen entsprechen und mit der Einnahme von Adderall keinen Zusammenhang zeigen würden. Auch war in Kanada

nie eine derartige Komplikation beobachtet worden. Nach erneuten Untersuchungen wurde deshalb Adderall in Kanada im Herbst 2005 wieder zum Verkauf zugelassen.

Als Folge dieser Bedenken hat nun die amerikanische FDA dennoch das Risikopotential bzgl. kardialer Nebenwirkungen von allen Stimulanzien (d.h. Methylphenidatpräparate wie Concerta und Ritalin sowie die in den USA verfügbaren Amphetaminpräparate) erneut beurteilen lassen. In einer ersten vorläufigen Studie hat sich gezeigt, dass bei Erwachsenen möglicherweise ein dreifaches, bei Kindern ein vierfaches Risiko für Herzkomplikationen bestehen könnte, wobei dies vor allem bei Kindern naturgemäss sehr gering ist. Allerdings ist unklar, ob die betroffenen Patienten die Medikation beim Ereignis überhaupt einnahmen, ebenfalls unklar ist, ob die Patienten je kardiologisch untersucht wurden, da ja seit langem bekannt ist, dass Kinder und Erwachsene mit Herzproblemen (vor allem erhöhter Blutdruck und Angina pectoris !) nicht oder nur nach kardiologischer Untersuchung mit Stimulanzien behandelt werden sollten. Unter solchen Voraussetzungen, d.h. einem Screening auf Risikofaktoren, hat Steven Pliszka 2005 festgestellt, dass bei Kindern das Risiko für Herzzwischenfälle bei mit Methylphenidat behandelten ADHS-Kindern sogar deutlich tiefer liegt als in der Normalpopulation (0.19 Todesfälle auf 100.000 Patientenjahre, verglichen mit 1.3 bis 8.5 in der normalen päd. Population, vgl dazu entspr. Arbeit im ADHD REPORT 3/2005, S. 16, The Guilford Press).

Aufgrund der von der FDA in Auftrag gegebenen oben erwähnten Studie hat am 9. Februar 2006 ein Expertenkomitee aus 16 Ärzten, die sich klinisch nicht mit ADHS auskennen, die Empfehlung herausgegeben, dass in Zukunft auf dieses mögliche kardiale Risiko speziell hingewiesen werden sollte (sog. „black box“ – Warnung). Da dieses Hearing - wie in den USA üblich - öffentlich durchgeführt wurde, hat diese Empfehlung begreiflicherweise in der Presse, bei Betroffenen und behandelnden Ärzten ein grosses Echo und natürlich Verunsicherung ausgelöst.

Die FDA hat nun jedoch vorerst beschlossen, eine weitere Stellungnahme von mit ADHS erfahrenen Pädiatern und Psychiatern durchzuführen und erst anschliessend einen eventuellen Warnhinweis herauszugeben. Eine solche „Black Box“ – Warnung wird nämlich nur dann verfügt, wenn ein kausaler Zusammenhang für kardiovaskuläre Nebenwirkungen wahrscheinlich ist.

► Für uns gilt weiterhin, dass eine Stimulanzientherapie nur bei richtig diagnostizierten ADHS-Patienten individuell richtig unter fachärztlicher Aufsicht durchgeführt werden soll, dass bei der Anamnese nach kardialen Problemen (auch in der Familie!) nachgefragt werden muss und beim Auftreten von erhöhtem Blutdruck (dieser sollte wie bei Kindern Länge und Gewicht regelmässig gemessen werden) oder einer Tachykardie die Stimulanzientherapie hinterfragt werden muss, resp. eine kardiologische Untersuchung angezeigt ist.

Stimulanzien im Feriengepäck Je nach Feriendestination empfiehlt es sich, den Patienten eine schriftliche Bestätigung („To whom it may concern“) über die Stimulanzientherapie mitzugeben. Auf www.bag.admin.ch/heimitt/pharma/betm/transfer/d/ausl.htm (Mitnahme von Betäubungsmitteln und psychotropen Stoffen durch kranke Personen auf Auslandsreisen) sind die Bestimmungen für die einzelnen Länder angegeben, ob und in welchem Umfang Stimulanzien (= Betäubungsmittel !) eingeführt werden können.

Johanna Krause, die Pionierin aus München für ADHS im Erwachsenenalter (Sie wird am 9. September bei unserer 1. Jahresversammlung einen Vortrag halten !) hat zusammen mit weiteren Fachleuten eine informative **DVD über ADHS im Erwachsenenalter** herausgegeben, ergänzt mit instruktiven Patientenbeispielen aus der Praxis (sogar auch aus der Schweiz !)

Weitere Infos und Bezug über:

<http://www.fma-psychiatrie.de/adhse.shtml>

Neue Bücher:

2 Mitglieder der SFG-ADHS haben eigene interessante Bücher herausgegeben:

Monika Brunsting: ADS lernen und verlernen Was Heilpädagogik helfen kann, SZH Edition, Luzern, 2005 ISBN 3-908262-57-7 Die langjährigen Erfahrungen der Autorin als Schulpsychologin, schulische Heilpädagogin und Psychotherapeutin sind hier schön und kompakt zusammengefasst

Heiner Frei: Homöopathische Behandlung von Kindern mit ADS/ADHS Ein systemisches Therapiekonzept Haug Verlag, 2005 ISBN 3830472013 Der bekannte homöopathisch tätige Kinderarzt fasst hier seine langjährigen Erfahrungen aus seiner Praxis und der von ihm interdisziplinär durchgeführten Studie zusammen.

Weitere uns interessierende Bücher sind unter vielen anderen:

Gustav Keller: Lerntechniken von A bis Z Infos, Übungen, Tipps. Verlag Hans Huber, 2005, ISBN 3-456-84210-4

Steven A. Safren et al: Mastering Your Adult ADHD A Cognitive-Behavioral Treatment Program, Client Workbook, Oxford University Press, 2005, ISBN 0-19-518819-5

A. Rothenberger, H.Ch. Steinhausen: Medikamente für die Kinderseele Ein Ratgeber zur Psychopharmakotherapie im Kindes- und Jugendalter, Hogrefe, 2005 ISBN 3-1817-1967-7 Hier wird ein guter Überblick für Eltern, Lehrer, Erzieher und Psychotherapeuten gegeben, was eine gemeinsame Wissensbasis gewährleistet.

Neu auf unserer Website (www.sfg-adhs.ch)

ADHS im Erwachsenenalter R.D. Stieglitz, M.Hofecker

<http://www.sfg-adhs.ch/files/Wenn%20Zappelphilipp%20erwachsen%20wird.pdf>

Fahrtauglichkeit und Stimulanzen M.Hofecker et al

<http://www.sfg-adhs.ch/files/Fahrtauglichkeit%20und%20Stimulanzen.pdf>

Fragen zu ADHS eine gute Zusammenstellung der Experten der deutschen Bundesärztekammer

<http://www.sfg-adhs.ch/files/Haeufige%20Fragen%20zu%20ADHS.pdf>

Leitfaden für Lehrpersonen über ADHS/POS des schulpsych. Dienstes des Kt. Luzerns

<http://www.sfg-adhs.ch/files/Leitfaden%20ADS%20POS%20Luzerner%20Schulpsychologen.pdf>

- ▶ Novartis organisiert kurzfristig am 10. März 2006 in Basel ein **ADHD-Ritalin Symposium** (weitere Angaben unter Veranstaltungen auf www.sfg-adhs.ch)
- ▶ Prof. Thomas E. Brown hat seine Website ergänzt und gibt neu einen Newsletter **The BrownLetter on ADD** heraus, vgl www.drthomasebrown.com