



NEUE AUSTRALISCHE STUDIE BESTÄTIGT WIRKSAMKEIT VON OMEGA-3-FETTSÄUREN BEI HYPERAKTIVEN KINDERN

Eine Studie, die an der Universität von Adelaide durchgeführt wurde, belegt die Effektivität einer Nahrungsergänzung aus Omega-3 Fischöl und Omega-6 Nachtkerzenöl bei Kindern mit ADHS (Aufmerksamkeitsdefizit- und Hyperaktivitätsstörung).

Die Anzahl der Schulkinder, die in Deutschland an ADHS, dem so genannten Zappelphilipp Syndrom, leiden, liegt je nach Untersuchungsmethode zwischen drei und fünf Prozent der Bevölkerung (Huss 2004). Auch in anderen Ländern, selbst in den unterschiedlichsten Kulturen wird die Anzahl zwischen drei und sieben Prozent der Bevölkerung angegeben (American Psychiatric Association 2000).

Die Behandlung besteht meist in einer Kombination aus Verhaltenstherapie, psychosozialen Maßnahmen und der Gabe von Medikamenten. Im Wesentlichen wird die Substanz Methylphenidat verordnet, die unter Namen wie Ritalin, Medikinet oder Concerta auf dem Markt ist.

Die Anzahl der verordneten Tagesdosen hat sich seit 1995 mehr als verzehnfacht. Waren es laut Arzneimittelreport (2004) 1995 noch 2 Mio. definierte Tagesdosen, die bei ADHS verordnet wurden, waren es 2003 bereits 20 Mio.. Bisher gab es keine echten Alternativen, jedoch haben einige interessante Studien in den letzten Jahren gezeigt, dass ein Teil der betroffenen Kinder sehr positiv auf die Gabe von Omega-3-Fettsäuren reagiert. Dr. Madelaine Portwood - Schulpsychologin der Bildungsbehörde in Durham (Großbritannien) beschäftigt sich bereits seit vielen Jahren mit Kindern, die Lern- und Verhaltensstörungen aufweisen. Sie hat selbst einige Studien begleitet, die eine Wirkung von Omega-3 Fettsäuren auf die Entwicklung von Kindern verschiedener Altersgruppen untersucht haben:

„Diese Studie bestätigt unsere Erkenntnisse. Auch wir fanden eine erhebliche Verbesserung in Bezug auf die Lernfähigkeit der Kinder. Verglichen mit den Kindern, die keine Extraportion Omega-3-Fettsäuren erhielten, machten sie innerhalb von 12 Wochen einen Entwicklungsschub von einem Jahr“

ADELAIDE STUDIE

An der bisher größten klinischen Studie dieser Art nahmen 132 Kinder im Alter von 7 bis 12 Jahren teil. Sie erhielten für einen Zeitraum von 15 bzw. 30 Wochen ein Nahrungsergänzungsmittel*, das aus einer speziellen Fettsäurekombination besteht. Das besondere an dem Präparat ist, dass es ei-

nen sehr hohen Anteil einer Omega-3-Fettsäure, nämlich der Eicosapentaensäure (EPA), enthält.

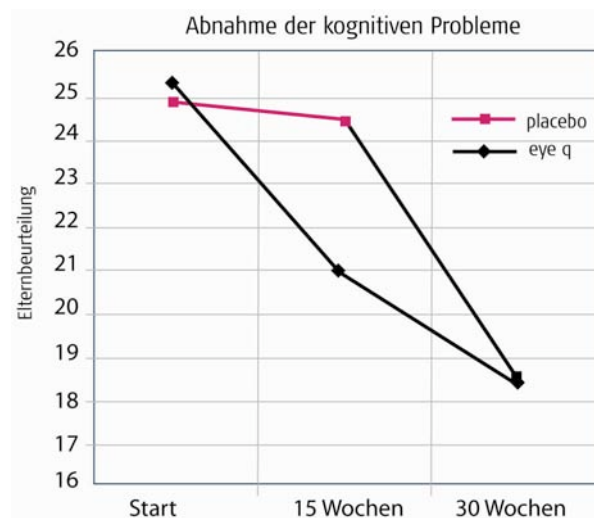
Die Kinder wurden in drei Gruppen geteilt. Die erste Gruppe erhielt das Nahrungsergänzungsmittel mit hohem EPA Anteil, die zweite Gruppe nahm das Nahrungsergänzungsmittel und zusätzlich ein Vitamin/Mineralstoff Präparat und die dritte Gruppe bekam ein Placebo (Scheinmedikament). Nach 15 Wochen wurden die drei Gruppen zusammengeführt und erhielten von diesem Zeitpunkt an alle das Omega-3 Präparat mit hohem EPA Anteil und das Vitamin/Mineralstoffpräparat. Nach 30 Wochen, also am Ende der Studie, zeigte fast die Hälfte der Kinder (40-50%), die während der gesamten Zeit das Omega-Fettsäurepräparat nahm, eine Verringerung der ADHS-Symptome.

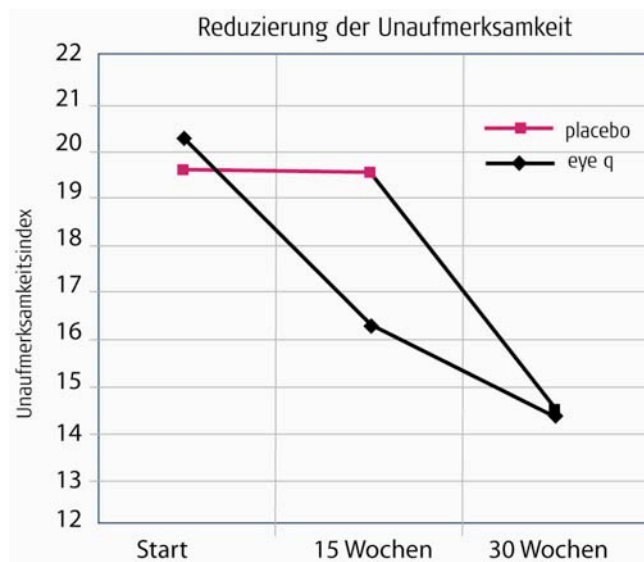
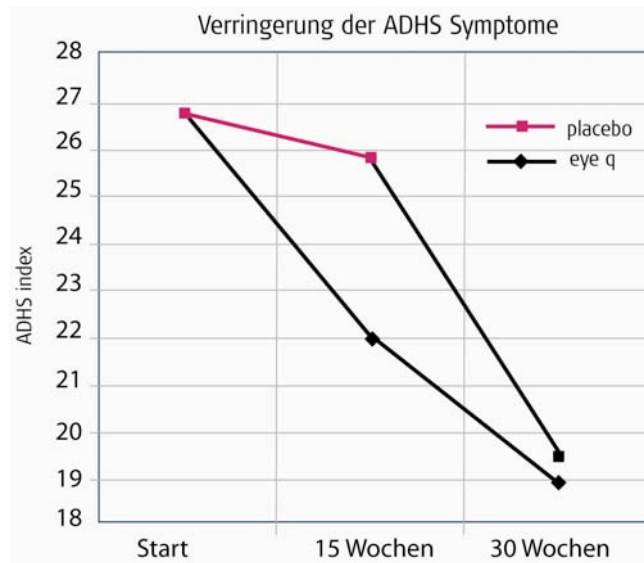
0-15 Wochen	15-30 Wochen
1. eye q	eye q + Vitamine/Mineralstoffe
2. eye q+ Vitamine/Mineralstoffe	eye q + Vitamine/Mineralstoffe
3. Placebo	eye q + Vitamine/Mineralstoffe

Die Studie wurde von Dr. Natalie Sinn geleitet

„Wir baten die Eltern detaillierte Fragebögen über das Verhalten Ihrer Kinder auszufüllen, und zwar zu Beginn der Studie, nach 15 Wochen (beim Wechsel) und am Ende der Studie. Dabei wurde der Conners Index benutzt, diese Fragebögen stellen eine allgemein anerkannte Methode zur Beurteilung der Ausprägung von ADHS da. Bei ca. 30% der Kinder, die das Nahrungsergänzungsmittel nahmen, waren nach 15 Wochen im Vergleich zur Placebogruppe erhebliche Verbesserungen in Bezug auf die ADHS Symptome zu beobachten. Besonders auffällig war die Steigerung der Konzentrationsfähigkeit und der Aufmerksamkeit und die Reduzierung der Hyperaktivität und der Impulsivität. In den folgenden 15 Wochen kam es bei den Kindern zu weiteren Fortschritten“

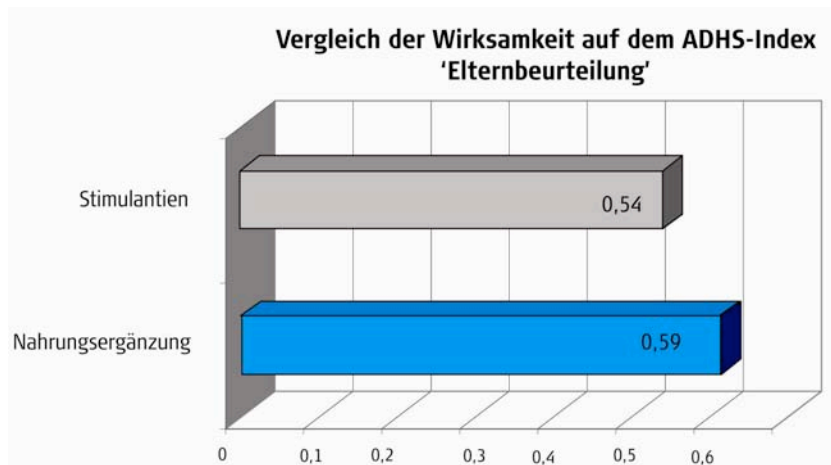
Ähnliche Ergebnisse zeigte die Placebogruppe, nachdem sie nach 15 Wochen auf das Omega Präparat mit hohem EPA Anteil umgestellt wurde. Die zusätzliche Gabe von Vitaminen und Mineralstoffen brachte keine weiteren positiven Effekte.





WEITERE ERGEBNISSE

Um die Wirkung des Omega-3 Nahrungsergänzungsmittels mit der von synthetischen Präparaten zu vergleichen, wurde eine Vergleichskennziffer aus der Meta-Analyse von Schacher et al. aus dem Jahr 2001 verwendet. Die Kennziffer 0 bedeutet, dass keine Wirkung erzielt wurde der Wert 1 steht für 100% Wirkung bei 100 % der Probanden. Danach erreicht Methylphenidat im Mittel für den gesamten ADHS-Index einen Wert von 0,54. In der Adelaide Studie erzielten die Kinder, die von Beginn an das Omega-3 Präparat erhielten, einen Wert von 0,59.



Die Studie zeigt - entgegen den Erwartungen - keinen zusätzlichen Effekt durch die Gabe eines Multivitamin/Mineralstoff Präparates. Die Wissenschaftler geben an, eine Kombination zusammengestellt zu haben, die den Empfehlungen für Kinder entsprechen. „Es könnte sein, dass durch höhere Gaben eine zusätzliche Wirkung erzielt werden kann. Dies müsste durch weitere Untersuchungen geprüft werden“ so die Meinung der Autoren.

* In der Studie wurden eye q Kapseln mit 400 mg Fischöl und 100 mg Nachtkerzenöl (6 Kapseln pro Tag) verwendet

American Psychiatric Association: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, Forth Edition, Text Revision, Washington, DC, 2000

Huss M: Vorbereitung der Erhebung und Auswertung zur Prävalenz des Aufmerksamkeits-Defizit-Hyperaktivitäts-Syndrom (ADHS) in Deutschland im Rahmen des Kinder- und Jugend-Surveys des Robert-Koch-Instituts. Abschlußbericht an das Bundesministerium für Gesundheit und soziale Sicherung (BMGS). Bonn: BMGS 2004.

Schacher H.M., Pham B., King J: How efficacious and safe is short-acting methylphenidate for the treatment of attention-deficit disorder in children and adolescents? A Meta-Analysis. CMAJ 2001, 165 (11):1475-88.

Früher durchgeführte und veröffentlichte Studien:
Originalartikel in Pediatrics (Englisch)
www.pediatrics.org/cgi/content/full/115/5/1360

Durham – Studie (Englisch)
<http://www.durhamtrial.org>

[Weitere Informationen:](#)

CENAVERDE BV
Postbus 80 NL 6460 AB Kerkrade
Kostenlose Hotline 00800 5000 1070
Kostenloses Fax: 00800 5000 1080
www.cenaverde.com
info@cenaverde.com

