

Dr.med. Ursula Davatz

2.6.2025

Buchvernissage in der Rigi Apotheke und Drogerie

[Audio](#)

[00:00:16.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich begrüße sie ganz herzlich.

[00:00:16.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Viele kenne ich schon, oder ich erinnere mich nicht mehr.

[00:00:19.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Der ehemalige Besitzer der Apotheke ist auch hier. Bert Siegfried. Da fühle ich mich ganz speziell geehrt, dass er auch gekommen ist. Wir sind in Aarau in die gleiche Kantonsschule gegangen. Wir haben eine gemeinsame Geschichte.

[00:00:19.310] - Dr.med. Ursula Davatz

Mein neues Buch, das ich heute Abend vorstelle, befasst sich mit ADHS/ADS.

[00:00:29.672] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://www.somedia-buchverlag.ch/gesamtverzeichnis/deadhsads-folgekrankheiten/>

[00:00:29.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich spreche vom Genotyp, genomischer Typ.

[00:00:45.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Menschentyp, der genetische Typ, es ist nicht ein Gen. Es sind viele Gene, welche eine Rolle spielen. Die werden alle vererbt.

[00:01:10.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Dieser Menschentyp neigt zur schwierigeren Stressverarbeitung.

[00:01:21.970] - Dr.med. Ursula Davatz

Heute spricht man auch von Neurodiversität, Neurodivergenz.

[00:01:28.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Er hat verschiedene Eigenschaften.

[00:01:34.141] - Dr.med. Ursula Davatz

Eine hohe Sensibilität, eine leichte Verletzlichkeit und eine starke Impulsivität.

[00:01:34.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Sein emotionales Gehirn ist mehr vernetzt mit dem ganzen Gehirn und macht stärkere Reaktionen. Empfindlicher und Impulsiver.

[00:01:55.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Oft denkt man: Impulsivität geht nicht mit Sensitivität einher. Das ist hier genau gepaart.

[00:02:04.050] - Dr.med. Ursula Davatz

Jemand der aggressiv wird, kann nicht so sensibel sein. Das stimmt nicht.

[00:02:10.600] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADSLer sind sehr sensibel und sehr impulsiv.

[00:02:18.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Die ADHS/ADS Menschen sind vulnerabler in Bezug auf Stress.

[00:02:29.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie reagieren schneller mit Folgeerkrankungen.

[00:02:34.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Wird so ein Mensch stark gestresst, kann er mit der Zeit körperliche und psychische Folgeerkrankungen entwickeln.

[00:02:43.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Frauen mit ADHS/ADS sterben 10 Jahre früher, Männer nur 7 Jahre früher.

[00:02:53.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist eine der genetischen Dispositionen, welche bei den Frauen früher zu Problemen führt.

[00:02:53.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann fragen warum?

[00:03:25.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Frauen haben die Tendenz mit dieser Sensibilität sich immer anzupassen und sich ausbeuten zu lassen. Sie haben viel Empathie, geben den anderen Menschen ganz viel Unterstützung und kommen selber zu kurz und wissen gar nicht recht wer sie sind. Sie sind so engagiert.

[00:03:46.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Mädchen kann man besser im Schulsystem integrieren. Die folgen eher.

[00:04:00.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Stuten kann man besser Reiten als Hengste. Die Stuten wehren sich nicht.

[00:04:10.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Knaben wehren sich mehr. Die werden aggressiv. Schlussendlich können sie delinquent werden.

[00:04:22.260] - Dr.med. Ursula Davatz

In den Gefängnissen hat es viele misslungene ADHS/ADSler.

[00:04:31.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man mit dem Neurotyp nicht persönlichkeitsgerecht, temperamentsgerecht umgeht, entwickeln sie Folgekrankheiten.

[00:04:31.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man nicht artgerecht mit ihnen umgeht, dann werden sie krank.

[00:04:37.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Psychiatrie spricht immer noch über die Komorbidität.

[00:04:37.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Man hat die Krankheit ADHS/ADS und man hat die Krankheit Schizophrenie.

[00:04:38.120] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://www.somedia-buchverlag.ch/gesamtverzeichnis/deadhs-und-schizophrenie/>

[00:04:42.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Delinquenz, Essstörungen, Borderline Persönlichkeitsstörung, etc.

[00:05:03.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich befasse mich seit über 40 Jahren mit ADHS/ADS. Früher war es POS.

[00:05:04.370] - Dr.med. Ursula Davatz

Damals haben es die Psychiater noch nicht akzeptiert. Heute ist es in aller Munde, es kommt in jeder Zeitung, jede Woche.

[00:05:08.648] - Dr.med. Ursula Davatz

Man spricht von Komorbidität. Ich sage nein, es ist immer eine Folgekrankheit.

[00:05:08.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Das hat sich noch gar nicht ausgebreitet. Vielleicht in 40 Jahren wenn ich nicht mehr da bin, schaut man es auch so an.

[00:05:12.520] - Dr.med. Ursula Davatz

In meiner Praxis erlebe ich das natürlich täglich.

[00:05:15.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich schaue immer drei Generationen an.

[00:05:16.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann sehe ich: der Vater hatte Alkoholismus, dort gab es eine Schizophrenie. Dort gab es eine bipolare Störung und die Enkelkinder werden jetzt diagnostiziert mit ADHS/ADS.

[00:05:32.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Sobald eine psychische Störung auftritt, werden diese Menschen der Psychiatrie weitergegeben.

[00:05:40.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Psychiatrie, es sind ja psychiatrische Krankheiten, die kann nicht sehr gut damit umgehen.

[00:05:49.927] - Dr.med. Ursula Davatz

Darum schreibe ich als Untertitel auf meinem Buch: Psychiatrie im Offside.

[00:05:50.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Psychiatrie schaut nur das Individuum an, bekämpft die Symptome, behandelt die Symptome.

[00:05:56.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Psychiatrie geht wenig bis gar nicht mit dem Umfeld um.

[00:05:56.772] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist ein grosses Problem.

[00:06:17.040] - Dr.med. Ursula Davatz

In meinem Buch versuche ich aufzuzeigen, wie man diesen Kindern artgerecht, persönlichkeitsgerecht, temperamentgerecht umgehen muss.

[00:06:36.940] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Psychiatrie verwendet man zwei Methoden: Medikamente. Medikamente sind gut für die Akkutsituationen. Medikamente werden zum runterfahren verwendet, zum dämpfen.

[00:06:38.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Medikamente werden auch zum Hochfahren, Motivieren verwendet.

[00:06:53.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Mit den Medikamenten wird die Stimmung über das Gehirn reguliert, verändert. Das Umfeld wird nicht verändert.

[00:06:54.167] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Menschen, welche das Medikament nehmen, lernen auch nicht besser mit ihrem Temperament umzugehen.

[00:06:54.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Menschen müssen lernen mit ihrem Temperament umzugehen.

[00:07:16.878] - Dr.med. Ursula Davatz

An erster Stelle müssen die Eltern dieser Kinder und Lehrpersonen (Schulen) lernen mit dem Temperament umzugehen.

[00:07:26.070] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe immer wieder Zuweisungen von Eltern mit ihren Kindern, welche die Schule verweigern.

[00:07:39.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich nehme Kontakt mit den Lehrpersonen auf. Es gibt sehr gute Ausnahmen.

[00:07:39.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Generell hat unser Schulsystem noch nicht gelernt mit diesen Kindern umzugehen.

[00:07:44.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Es geht nicht um Heilpädagogik und Zusatz und so weiter.

[00:07:53.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Lehrer müssten lernen.

[00:07:55.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man an die Lehrerseminare sich wendet, ist dort das Wissen sehr karg oder gar nicht vorhanden.

[00:08:09.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Man lernt vielleicht etwas über Diagnosen, nicht aber wie man mit diesen Kinder umgeht. Das wird den Lehrpersonen in der Ausbildung nicht beigebracht. Sie wissen es selber nicht.

[00:08:25.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist ganz wichtig, dass das erzieherische Umfeld unterstützt wird, so früh wie möglich.

[00:08:25.983] - Dr.med. Ursula Davatz

Es beginnt schon im Kindergarten, dass das erzieherische Umfeld unterstützt wird.

[00:08:54.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt sehr wenige Psychiater und Psychotherapeuten, welche die Eltern beraten können.

[00:09:11.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Es sind sich alle einig, dass die Jugend heute viel mehr psychiatrische Krankheiten aufweist.

[00:09:11.398] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://www.unicef.ch/de/was-wir-tun/national/wohlergehen-von-kindern/psychische-gesundheit>

[00:09:17.010] - Dr.med. Ursula Davatz

Woher kommt das?

[00:09:21.440] - Dr.med. Ursula Davatz

An der Tagung der Schweizer Psychiatriegesellschaft in Basel gab es kein Referat zum Thema ADHS/ADS.

[00:09:21.694] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://www.psy-congress.ch/frontend/index.php>

[00:09:21.910] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich war sehr erstaunt.

[00:09:29.120] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Presse, bei den Laien, im Internet wird sehr viel publiziert.

[00:09:46.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich sage, die Ärzteschaft, die Psychiatrie und die Psychiater hinken diesbezüglich hinter her.

[00:09:53.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Die ganze Versorgung hinkt hinterher.

[00:10:08.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn das Umfeld nicht schon im Kindergarten beraten wird und die Eltern früh Hilfe bekommen, entwickelt sich im Laufe der Zeit eine Krankheit.

[00:10:08.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt auch glückliche Kinder, welche ein gutes Umfeld haben, wo die Eltern mit diesen Kinder umgehen können. Wo alles gut läuft.

[00:10:08.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Der artgerechte Umgang bringt Spitzenleistungen in den ADHS/ADSlern hervor. Im Sport, in der Wissenschaft.

[00:10:20.962] - Dr.med. Ursula Davatz

Albert Einstein, Elon Musk, beides Autisten.

[00:10:38.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Kann das Umfeld nicht damit umgehen, wird zuviel menschliches, geistiges Potential zerstört. Es bleibt ungeachtet und geht zu Grunde.

[00:11:01.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Gehirn ist ein plastisches Organ.

[00:11:01.425] - Dr.med. Ursula Davatz

Es wird zu einem gewissen Grad von den Genen her bestimmt.

[00:11:26.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Laufe des Lebens kann sich das Gehirn verändern.

[00:11:26.475] - Dr.med. Ursula Davatz

Über die Interaktion mit dem Umfeld wird das Gehirn beeinflusst.

[00:11:26.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Gehirn kann sehr vieles wieder lernen.

[00:11:32.678] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Gehirn kann gute Dinge lernen oder es kann Krankheiten lernen.

[00:11:32.824] - Dr.med. Ursula Davatz

Dummheit ist lernbar. Krankheit ist lernbar.

[00:11:44.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Gehirn kann sich pathologische Mechanismen aneignen, weil diese vom Umfeld gefördert werden.

[00:11:48.090] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Mensch ist ein soziales Wesen und das ist in der Medizin ein bisschen verloren gegangen.

[00:11:59.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Es wird nur der Einzelne behandelt und nur die Symptome.

[00:12:02.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Geht man noch weiter, behandelt man nur diese Diagnose und das Symptom.

[00:12:06.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei ADHS/ADSLer muss man immer den ganzen Menschen und das ganze System unterstützen wenn man etwas erreichen möchte.

[00:12:06.522] - Dr.med. Ursula Davatz

Unser Gehirn ist plastisch.

[00:12:26.020] - Dr.med. Ursula Davatz

In diesem Bereich besteht ein grosse Manko.

[00:12:31.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Psychiatrie ist noch nicht so weit vorgedrungen, dass sie hilft, das Umfeld zu unterstützen.

[00:12:36.060] - Dr.med. Ursula Davatz

Eine zeitlang war die systemische Therapie, die Familientherapie En Vogue.

[00:12:43.440] - Dr.med. Ursula Davatz

In den USA hat sie in den 1970er und 1980er Jahren geblüht.

[00:12:46.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist dann in die Schweiz gekommen und war eine zeitlang interessant.

[00:12:57.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Heute findet man keine systemisch ausgebildeten Ärzte mehr, welche mit der Familie umgehen können.

[00:13:10.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt Psychologen, die es können, jedoch viel zu wenig.

[00:13:21.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Prävention von psychischen und körperlichen Krankheiten beginnt viel früher, nicht erst wenn der Patient eine Krankheit hat. Dann ist es schon zu spät.

[00:13:26.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Umfeld muss schon in den Entwicklungsjahren unterstützt werden, damit sich gar keine Krankheit entwickelt.

[00:13:32.060] - Dr.med. Ursula Davatz

Schauen wir wie die heutigen Kinder sozialisiert werden, alle schauen immer auf das Handy.

[00:13:48.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Heute erziehen wir lauter Autisten. Jeder in seiner Welt.

[00:13:58.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist alles online. Es werden viele Videospiele gespielt.

[00:13:59.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Mensch verlernt mit dem Menschen umzugehen. Der Mensch verlernt mit den Emotionen umzugehen.

[00:14:09.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist sehr wichtig, dass wir mehr die Interaktion anschauen und die erziehenden Personen unterstützen im Umgang mit den neurodiversen Kindern.

[00:14:09.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Die neurodiversen ADHS/ADSLer haben zum Teil in gewissen Teilbereichen ganz grosse Fähigkeiten, also Spitzenleistungen.

[00:14:39.660] - Dr.med. Ursula Davatz

In anderen Teilbereichen haben sie schlechte Leistungen.

[00:14:44.890] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADSLer haben oft ein sehr unausgeglichenes Leistungsprofil

[00:14:45.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt aber auch solche, die überall gut sind.

[00:14:53.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Vielen ADHS/ADSLer ist es langweilig. In der Schule merkt man das nicht.

[00:14:53.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Man müsste ihn füttern mit mehr.

[00:15:11.730] - Dr.med. Ursula Davatz

Nein, er wird bestraft, dass er stört.

[00:15:12.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann sagt das Kind: ich kann es nie recht machen. Ich bin nicht in Ordnung.

[00:15:15.260] - Dr.med. Ursula Davatz

So zerstört man grosses menschliches Potential.

[00:15:27.815] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist Jammerschade.

[00:15:28.490] - Dr.med. Ursula Davatz

Zu meinem Schreck stelle ich immer noch fest, dass die Erziehungsmethoden in der Schule, welche an der Fachhochschule gelernt werden Belohnung und Bestrafung sind.

[00:15:33.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Smiley System funktioniert bei ADHS/ADS Kindern nicht.

[00:15:41.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Bestrafung macht sie schlechter, gibt ihnen ein schlechtes Selbstwertgefühl und die entwickeln dann eher Krankheiten.

[00:15:55.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Es wird oft gesagt: wenn sich ein Kind fehl verhält, muss man es zurechtweisen sonst gibt das einmal ein Monster.

[00:16:06.500] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS Kinder sind sehr emotional, sehr impulsiv. Im Augenblick wo sie hoch erregt sind, kann man sie nicht erziehen. Man muss immer runter kommen, dann kann man ein Vorbild sein.

[00:16:16.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Nicht mit Belohnung und Bestrafung arbeiten.

[00:16:24.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Alle diese Verhaltensweisen laufen reflexartig ab. Mit dem Reflex kann man nicht argumentieren.

[00:16:24.350] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Erzieher sagen: das geht doch nicht, so kannst du dich nicht benehmen. Das hört man auch auf der Strasse, wenn sie mit den Kinder sprechen.

[00:16:34.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss den ADHS/ADS Menschen immer zuerst beruhigen.

[00:16:52.658] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann kann man seine Regel sagen.

[00:16:52.820] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS Kinder müssen ihrem Wesen entsprechend geführt und behandelt werden.

[00:17:20.130] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei den hoch sensiblen ADS Kindern wird oft gar nichts mehr verlangt. Das ist auch nicht gut.

[00:17:24.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss sie führen und ein Vorbild sein. Man muss Geduld haben.

[00:17:27.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Heute hat man wenig Geduld. Man will sofort eine Lösung haben auf Knopfdruck und dann muss das Kind funktionieren.

[00:17:55.060] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist eine Katastrophe.

[00:17:56.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Gerhard Polt sagt: was die Gene versaut haben, kann nicht nur mit Schlägen korrigiert werden.

[00:17:56.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Kommt man bei den ADHS/ADSlern mit Belohnung und Bestrafung, geht es schief. Man erreicht bei diesen Kindern nur ein schlechtes Selbstwertgefühl.

[00:18:06.839] - Dr.med. Ursula Davatz

Hochintelligente Kinder kriegen dann das Gefühl: ich bin nie Recht, ich mache nichts. Das ist schade.

[00:18:06.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Ein Kind hat die Schule verweigert. Die Mutter war verzweifelt. Das Kind hatte zu wenig Aufgaben. Die Mutter hat dem Kind zu Hause noch Mathe Aufgaben gegeben. Jetzt läuft das recht gut.

[00:18:33.020] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss herausfinden, was bei diesen Kindern los ist.

[00:18:41.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Kinder werden heute stark vom Internet und dem Computer erzogen.

[00:18:41.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist wichtig, dass die Erziehungsberechtigten darauf achten, dass man die Persönlichkeitsentwicklung fördert bei den ADHS/ADS Menschen.

[00:19:01.060] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Spruch einer Kinderkrippe lautet: das Beste was ein Kind werden kann, ist sich selbst.

[00:19:05.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Nur wenn ein Kind sich selber werden darf, kann es sich auch sozial anpassen.

[00:19:05.910] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn das Kind immer als falsch kritisiert wird, ist es nicht in der Lage sich anzupassen. Das Kind muss zuerst zu sich selber finden. Dann ist das Kind auch sozial.

[00:19:25.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir Menschen sind soziale Wesen, wir haben soziale Gene.

[00:19:35.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir wollen kooperieren.

[00:19:42.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Delphine, alle sozialen Wesen wollen kooperieren.

[00:19:47.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Delphine und Schimpansen gehen nicht in die Sonntagsschule. Von Natur her sind wir sozial. Wir wollen einander helfen. Wir sind sozial.

[00:19:48.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Wird das Individuum immer kritisiert, dann gibt das kein gutes Sozialverhalten.

[00:20:06.840] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir müssen die Kinder darin unterstützen, dass sie sich selber werden können.

[00:20:07.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich möchte sie dazu auffordern, wo immer sie eine solche Situation antreffen, dass sie helfen, dass diese Kinder sich selber werden dürfen.

[00:20:34.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Ein Junge wurde von der Mutter in die Schule gebracht. Er wollte sich nicht von der Mutter trennen. Man hat ihn gewaltsam getrennt. Er wurde im Zimmer eingesperrt, damit er nicht nach Hause rennen kann. Der hat bis heute ein Trauma, dass er in der Schule entführt oder eingesperrt wird.

[00:21:03.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Er wird täglich vom Grossvater oder Grossmutter begleitet. Er hat Angst vor der Schule. In der Schule macht er es gut. Mit den anderen Kindern macht er es gut.

[00:21:09.485] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Schule wollte das Kind in ein Heim stecken, weil eine zu nahe Mutter/Kind Beziehung vorliegt. Eine Katastrophe.

[00:21:09.607] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Jurist konnte erwirken, dass das Kind in der Schule bleibt.

[00:21:09.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe viele Missratene, die Guten sehe ich nicht.

[00:21:44.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Jeder der in einem solchen Moment mithelfen kann, sei es der Nachbar, die Grossmutter, die Eltern, die Tante, die Apothekerin, kann ich nur unterstützen.

[00:22:12.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss den ADHS/ADS Kindern helfen, damit sie sich gesund entwickeln und zu sich selber finden können.

[00:22:29.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei den Frauen und zum Teil auch bei den Männern muss ich sagen: sie müssen ihren Focus finden.

[00:22:34.019] - Dr.med. Ursula Davatz

Erst wenn sie ihren Focus finden, lauf es.

[00:22:34.092] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn von aussen her zuviel rein geredet wird, wenn man etwas anderes aus ihnen machen möchte, dann können sie ihren Focus nicht finden, dann muss ich als Therapeutin ihnen helfen ihren Fokus zu finden.

[00:22:47.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Es kostet viel Arbeit, aber es lohnt sich.

[00:22:58.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Mein Wunsch lautet: wenn sie mit solchen Menschen zu tun haben in ihrer Bekanntschaft, dass sie diesen Kindern helfen ihren Fokus und ihr Leben zu finden.

[00:23:36.520] - Bemerkung 1

Ich würde das Thema Medikament und Therapie nicht zu stark gegen einander ausspielen. Ich nehme bis heute seit 40 Jahren in geringen Mengen ein Neuroleptikum und ein halbes Milligramm Risperdal pro Tag. Ich war Sicherheitschef vom Kernkraftwerk Beznau. Ich war auch in Fukushima. Ich war froh, dass ich dort meine

Medikamentendosis erhöhen konnte, in einer Stresssituation. Ich habe ganz viel Therapie gemacht bei Ihnen. Medikamente und Therapie ergänzen sich. Das Ziel ist klar, die Medikamente immer mehr zu reduzieren. Bis auf 0 habe ich es noch nicht geschafft. Ich halte das emotional nicht aus. Ich brauche eine Minimaldosis.

[00:24:49.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich bin froh um diesen Hinweis und um diese Ergänzung. Ja sie ergänzen sich. In der Akutphase sind sie enorm hilfreich.

[00:25:07.790] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich sage: es braucht noch etwas anderes dazu. Man darf nicht nur Medikamente abgeben. Ich kritisieren die Psychiatrie, wenn sie bei den Medikamenten stehen bleibt. Gewisse Ärzte fragen den Patienten nur: wie geht es mit den Medikamenten?

[00:25:28.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Es braucht beides. Ich will es nicht gegeneinander ausspielen. Ich will es ergänzen. Ich verschreibe auch Medikamente. Ich versuche die Leute zu begleiten, dass sie noch lernen dazu.

[00:25:54.560] - Bemerkung 2

Ich kann das ein Stück weit bestätigen. Ich nehme Medikamente zum schlafen. Der Schlaf ist bei mir das grösste Trauma, welches ich nicht überwinden konnte, dass ich ohne Medikamente schlafen kann. Das geht einfach nicht. Wenn ich dann keine Medikamente nehme, dann kommen mir alle Gedanken und so viele Dinge kommen auf mich zu, dann ist fertig. Dann geht es mir sehr schlecht. Ich kann nicht ohne Medikamente schlafen.

[00:26:34.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Es schläft einfach nicht.

[00:26:41.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt ein neues Schlafmittel: QUVIVIQ.

[00:26:41.280] - Dr.med. Ursula Davatz

QUVIVIQ funktioniert anders. Es ist kein Sedativa.

[00:26:41.350] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man die Schlafarchitektur anschaut, haben die Leute welche nicht schlafen einen verlängerten REM Schlaf. REM-Schlaf steht für "Rapid Eye Movement".

[00:26:54.969] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://de.wikipedia.org/wiki/REM-Schlaf>

[00:27:19.470] - Dr.med. Ursula Davatz

Im REM Schlaf bewegen die sich. Die fallen zum Teil aus dem Bett. Restless Legs im Bett ist auch Bewegung.

[00:27:19.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Leute die einen längeren REM Schlaf haben, wollen ihre Probleme im Schlaf lösen.

[00:27:23.992] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie müssen die Probleme ans Tageslicht nehmen. Nimmt man die Probleme ans Tageslicht, wird der REM Schlaf wieder kürzer.

[00:28:01.030] - Dr.med. Ursula Davatz

Der REM Schlaf ist dazu da, dass man lernt, vergisst, damit das Gehirn wieder bereit ist für neue Erlebnisse.

[00:28:11.720] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn die Erlebnisse so traumatisch sind, bleiben die hängen im Gehirn. Dann träumt man zum Teil auch. Dann arbeite ich mit den Leuten auch mit ihren Träumen. Dann kann man schauen, was bearbeitet werden muss.

[00:28:23.330] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist immer ein Ausdruck davon, dass der Tag nicht richtig verarbeitet wurde.

[00:28:27.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt viele Dinge an einem Tag.

[00:28:27.880] - Dr.med. Ursula Davatz

In der eigenen Geschichte gibt es Traumatas, die nicht verarbeitet wurden.

[00:28:49.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Meine Aufgabe ist es, das langsam hervorzuholen und am Tag zu verarbeiten.

[00:28:55.340] - Bemerkung 3

Was sagen sie zur Ernährung und dem Hormonspiegel?

[00:28:56.730] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Hormonspiegel ist bei den Frauen ein grosses Thema. Man spricht auch vom prämenstrualen Syndrom, die Wechseljahre, wo sich die Hormone neu einstellen.

[00:29:13.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Unser Organismus ist ganzheitlich organisiert.

[00:29:29.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Man kann von vielen Orten her reinkommen.

[00:29:30.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Gynäkologen verwenden Hormone, ich verwende Psychotherapie und versuche den Leuten zu helfen, ihr Leben zu verarbeiten.

[00:29:39.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Essen ist auch eine grosse Mode. Die Medizin hat die Ernährung entdeckt. Vom Darm werden mehr Signale in das Gehirn zurück gesendet.

[00:29:40.348] - Dr.med. Ursula Davatz

Den gestörten Ratten gibt man Kot der gesunden Ratten und hofft dann, dass es ihnen besser geht.

[00:30:15.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man eine gesunde Lebenshaltung hat, psychisch ausgeglichen ist, ernährt man sich gesund.

[00:30:21.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Weil wir alle kein Zeit haben, wird viel mit Fast Food gemacht. Dann ernährt man sich ungesund.

[00:30:21.630] - Dr.med. Ursula Davatz

Fastfood enthält viele Konservierungsmittel, Stabilisatoren. Man kriegt dann Ablagerungen in allen möglichen Organen vom Fluor. Das ist nicht so gut.

[00:30:33.980] - Dr.med. Ursula Davatz

Sich gesund ernähren ist eine gute Sache. Daraus wird ein grosses Geschäft gemacht, mit den Zusatzstoffen.

[00:30:35.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Möglichst sich normal ernähren.

[00:30:36.380] - Dr.med. Ursula Davatz

Früher sagte man: bei Gelbsucht kein Fett essen.

[00:30:37.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Heute sagt man: sie dürfen essen, was ihnen schmeckt.

[00:30:38.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Mensch ist so eingerichtet, dass er gesunde Dinge isst.

[00:31:32.520] - Dr.med. Ursula Davatz

Fastfood hat viel Zucker. Die Industrie will mehr verkaufen.

[00:31:33.680] - Dr.med. Ursula Davatz

Auch wenn das Kind fast nur Pasta isst, kann sich das Kind völlig normal entwickeln.

[00:32:26.400] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Natur regelt sich besser als man denkt.

[00:32:28.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir gescheiterten Ärzte denken immer es besser zu wissen und funktionieren dann zu sehr rein.

[00:32:29.260] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Therapie muss ich oft sagen: laufen lassen, abwarten.

[00:32:30.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Unser Interventionismus ist nicht immer hilfreich.

[00:32:42.550] - Bemerkung 4

Ich habe eine Frage zur Schule. Versucht man das systemische Denken in die Lehrerbildung zu integrieren? Läuft da etwas.

[00:32:48.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe im Kanton Aargau versucht in die Lehrerweiterbildung rein zu kommen. Es hiess immer: wir haben schon ein Programm, wir brauchen nichts. Bei den Heilpädagogischen Schulen wurde ich abgewiesen.

[00:33:08.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Ende Oktober treffe ich die Erziehungsdirektorin im Kanton Aargau.

[00:33:25.650] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Lehrerausbildung muss sie etwas machen zum Thema ADHS/ADS.

[00:33:25.710] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Kanton Zürich habe ich keinen Kontakt.

[00:33:25.710] - Bemerkung 5

Es muss in die Grundausbildung.

[00:33:27.480] - Dr.med. Ursula Davatz

Absolut.

[00:33:36.800] - Bemerkung 6

Vielleicht ist es jetzt ein guter Moment. Das Feld wurde durch die vielen Artikel vorbereitet.

[00:33:43.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich selber biete einen kleinen Kurs an für Lehrer und Erzieher von sechs Mal. Das ist eine kleine Gruppe.

[00:33:53.157] - Dr.med. Ursula Davatz

Es muss in die Lehrerseminare rein.

[00:34:09.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe Leute in Beratung, die dort arbeiten. Die verwerfen die Hände. Die sind selber ADHS/ADSler. Die sagen selber: man kann gar nicht damit umgehen.

[00:34:11.120] - Bemerkung 7

Viele Schulen wollen, dass die ADHS/ADS Kinder Ritalin nehmen. Das ist gewaltig. Sie haben keine Ausbildung und das Wort Ritalin wird rein geworfen. Die Lehrer urteilen dort sehr schnell.

[00:34:33.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Gewisse Lehrpersonen verweigern den Unterricht, wenn das Kind kein Ritalin bekommt.

[00:34:39.190] - Dr.med. Ursula Davatz

Das geht nicht. Die Eltern entscheiden, ob das Kind Ritalin bekommt. Ich bin nicht gegen Ritalin.

[00:35:00.400] - Dr.med. Ursula Davatz

Es geht nicht, dass die Lehrer verlangen, dass das Kind Ritalin haben muss, damit es die Lehrperson einfacher hat.

[00:35:18.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Zum Teil ist es, dass die Kinder mit Ritalin einfacher zu handhaben sind, dass sie sich besser fokussieren können, bessere Noten machen, etc.

[00:35:18.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Schule muss auch mit den ADHS/ADS Kindern umgehen können.

[00:35:42.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Lehrpersonen mit einem natürlichen Talent, können gut mit ADHS/ADS Kinder umgehen.

[00:35:43.500] - Bemerkung 8

Mein Neffe hat einen holländischen Lehrer. Der hat für den ADHS Jungen in der Schule ein Trampolin empfohlen. Zehn Minuten am Morgen bevor er in die Schule geht, zehn Minuten bevor er am Nachmittag in die Schule geht und Abends nochmals zehn Minuten.

[00:35:49.780] - Bemerkung 8

In Holland haben viele Familien ein Trampolin vor dem Haus. Die wollen die hyperaktiven Kinder fordern. Das ist eine einfache Methode.

[00:36:16.410] - Bemerkung 8

Mein Neffe ist heute 21 Jahre alt und macht das heute noch.

[00:36:17.610] - Bemerkung 8

Vor einer Prüfung geht er auf das Trampolin.

[00:36:33.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Sehr gut.

[00:36:34.290] - Bemerkung 9

Es gibt eine Studie, dass Trampolin dem Gehirn schadet, wenn das Kind jung ist und viel Trampolin springt.

[00:37:11.840] - Bemerkung 10

Nie länger als 10 Minuten, wenn man es therapeutisch macht. Ich habe das auch in der Menopause gemacht. Das hilft sehr viel. Wenn man das Gefühl hat, dass man total müde ist und dann auf das Trampolin geht. Das bringt etwas.

[00:37:45.230] - Dr.med. Ursula Davatz

Für die Frauen hilft es in der Menopause in Bezug auf Osteoporose.

[00:37:49.330] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Stoss macht, dass die Knochen wieder aufgebaut werden.

[00:37:55.120] - Dr.med. Ursula Davatz

Für die Schüler, das ist gut, dass sie sagen, nur 10 Minuten.

[00:37:58.410] - Dr.med. Ursula Davatz

Vor Jahren haben schon Lehrer festgestellt, dass wenn Kinder Turnen gehabt haben und dann in die Stunde gekommen sind, dass sie dann besser aufpassen konnten.

[00:38:08.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Das hat schon mein Geografielehrer gesagt.

[00:38:11.660] - Dr.med. Ursula Davatz

Alles mit Mass. Nicht übertreiben. Wie beim Essen. Es gibt nichts, das besser wird, wenn man es immer mehr steigert.

[00:38:33.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Das läuft auch mit dem Ritalin so. Ich habe noch keine Wirkung, also noch steigern. Erwachsene nehmen bis 100 mg. Ich sage möglichst tief behalten, damit man auch noch etwas anders hat, um auf sich einzuwirken.

[00:38:52.020] - Bemerkung 11

ADHS/ADS ist genetisch vererbt?

[00:38:55.320] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja, immer.

[00:38:57.380] - Bemerkung 11

Das heisst man kann in der Blutlinie zurückschauen und sehen wo es herkommt?

[00:39:01.100] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja. Ich mache jetzt eine Studie mit Prof. Dr.med. Marc Walter (Königsfelden) und Prof. Dr. med. Sven Cichon (Basel).

[00:39:01.770] - Dr.med. Ursula Davatz

https://adhs.expert/wp-content/uploads/2025/07/ADHS_Forschung_Gene_Umfeld.pdf

[00:39:04.740] - Dr.med. Ursula Davatz

Eine Studie, wo man Blut nimmt oder Speichel und dann einen Gentestet macht und dann noch alle anderen Sachen und wie sie erzogen worden sind. Ich habe einen kleinen Fragebogen gemacht.

[00:39:28.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich will die Interaktion sehen. Wie ist man mit diesen Kindern umgegangen? Was ergibt sich daraus?

[00:39:47.740] - Bemerkung 12

Heute werden die Kinder viel schneller diagnostiziert mit ADHS/ADS. Woran liegt das? Es ist ja vererbt. Ist es eine moderne Diagnose?

[00:40:19.070] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt nicht auf einmal mehr ADHS/ADS Gene. Die waren immer schon vorhanden.

[00:40:19.540] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Mittelmeerraum hat es mehr ADHS/ADS Gene.

[00:40:28.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Zur Zeit der Jäger und Sammler gab es 50% ADHS/ADS Gene. Heute haben wir noch 5%.

[00:40:28.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Das wird selektioniert.

[00:40:39.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Mittelmeerraum haben sich die ADHS/ADS Gene als Vorteil bestätigt.

[00:40:43.170] - Dr.med. Ursula Davatz

Der ADHS/ADSlter ist gut im Multitasking. Ich spreche von der breiten Aufmerksamkeit.

[00:40:54.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Diagnostischen heisst es Aufmerksamkeitsstörung. Es ist keine Störung, die Aufmerksamkeit ist einfach breit.

[00:40:57.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn die Lehrperson langweilig ist, dann holt sich das Kind andere Reize, sonst schläft es ein,

[00:41:06.850] - Dr.med. Ursula Davatz

Warum gibt es so viel mehr ADHS/ADSlter?

[00:41:06.888] - Dr.med. Ursula Davatz

Man achtet mehr darauf, man nimmt es mehr wahr.

[00:41:07.115] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir haben eine etwas andere Schulumgebung. Früher sind die in der Schule einfach irgendwie unter gegangen oder man hat sich doch angepasst, weil es nichts anderes gab.

[00:41:07.140] - Dr.med. Ursula Davatz

Mit dem individualisierten Unterricht braucht es eine viel bessere Führung. Die ist oft nicht vorhanden.

[00:41:29.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Kinder kriegen keine Führung mehr. Die Kinder müssen ihren Plan selber machen. Dann müssen es die Eltern für die Kinder machen. Das ist für ADHS/ADS Kinder nicht gut.

[00:41:50.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie bestrafen, wenn sie alles vergessen haben, ist auch nicht gut.

[00:41:55.161] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS Kinder müssen begleitet werden.

[00:41:55.260] - Dr.med. Ursula Davatz

Unsere Gesellschaft ist Reizüberflutet. Das gibt bei diesen Kindern schneller einen System Überlauf, emotionale Überflutung.

[00:42:06.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt viele Störfaktoren, welche das zum Vorschein bringen.

[00:42:20.853] - Dr.med. Ursula Davatz

Gen sind keine Mode, die werden einfach vererbt.

[00:42:21.420] - Bemerkung 13

Ich war bei ihnen. In unserer Familie kommt ADHS/ADS und Schizophrenie vor. Ich habe mich persönlich damit auseinandergesetzt als Physiotherapeutin. In der Familie nimmt das Entwicklungstrauma einen grossen Raum ein. Ich komme zum Schluss auf die Epigenetik. Früher hat man ADHS/ADS gebraucht um den Gefahren hinter jeder Ecke auszuweichen.

[00:44:03.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Die haben das gebraucht um alles zu sehen.

[00:44:09.750] - Dr.med. Ursula Davatz

Genetisch ist die Sensibilität und starke Reaktivität vorhanden.

[00:44:45.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Dadurch gibt es mehr Konflikte. ADHS/ADS Familien haben mehr Scheidungen, Jobabbrüche, etc.

[00:44:46.760] - Bemerkung 14

Sie schauen es von der anderen Seite an. Wir treffen uns in der Mitte.

[00:45:00.900] - Bemerkung 15

Ich schaue es übergeordnet an. Es ist ein Trauma, welches über vier Generationen weiter gegeben wird. Das Projekt "Kein Kinderspiel" zeigt das sehr gut.

[00:45:01.130] - Bemerkung 15

<https://www.srf.ch/kultur/gesellschaft-religion/kinder-sprechen-ueber-flucht-ich-habe-uebersetzt-ohne-zu-verstehen>

[00:45:36.130] - Bemerkung 15

Kann ein Trauma vererbt werden? Die Deutschen wissen das schon lange. Ein Trauma kommt nicht über die Gene. Die Emotionen ziehen klare Linien, wo beim Menschen die Dinge nicht abgeschlossen sind.

[00:46:02.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Epigenetik kommt dazu. Wir haben die Genetik mit den Veranlagungen. Die werden immer wieder gemischt bei der Fortpflanzung. Jedes Kind hat eine andere Mischung. Kinder der gleichen Eltern haben nicht die gleiche Mischung aber eine ähnliche.

[00:46:16.190] - Dr.med. Ursula Davatz

In den Genen haben wir potentielle Veranlagungen, die nicht verwendet werden. Wenn ein starkes Drama hinzukommt, tritt es plötzlich auf.

[00:46:17.390] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS ist nicht eine traumatische, epigenetische Angelegenheit. Es wird genetisch vererbt. Die Epigenetik kommt hinzu.

[00:46:18.590] - Dr.med. Ursula Davatz

Grosseltern können die Traumatas an ihre Kinder weitergeben. Die geben es dann wieder weiter an ihre Kinder.

[00:46:19.790] - Bemerkung 16

Das ADHS/ADS ist immer übergeordnet, die anderen Krankheiten sind untergeordnet.

[00:47:38.290] - Dr.med. Ursula Davatz

Das würde ich behaupten.

[00:47:39.310] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADSler sind sehr viel vulnerabler auf epigenetische Vererbung, wegen der hohen Sensibilität.

[00:47:39.830] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man epigenetische Forschung macht, läuft eine Methylierung.

[00:47:47.270] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://de.wikipedia.org/wiki/DNA-Methylierung>

[00:47:47.530] - Dr.med. Ursula Davatz

Da werden irgendwelche Dinge abgehängt und es geht eigentlich dann in der Richtung einfacher, in der Richtung primitiver.

[00:48:13.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Schon im Uterus können epigenetische Vererbungen laufen.

[00:48:19.580] - Dr.med. Ursula Davatz

Gar kein Stress ist nicht gut für das Wachstum von dem Kind und zu viel Stress ist auch nicht gut.

[00:48:22.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Zuviel und zu wenig macht das Problem aus.

[00:48:37.600] - Bemerkung 17

In meinem Umfeld gibt es ein autistisches Kind. Ich wurde gefragt, was ich von der Stammzelltransplantation halte. Die wollen dafür ins Ausland gehen für X tausend Franken.

[00:48:59.430] - Dr.med. Ursula Davatz

Nein. Das kann es nicht sein.

[00:49:09.600] - Dr.med. Ursula Davatz

ASS, Autismus-Spektrum-Störung. Bei ADHS spricht man neu auch vom Spektrum.

[00:49:12.460] - Dr.med. Ursula Davatz

Autistische Kinder sind ADS Kinder. Wenn das Umfeld zu hyperaktiv ist, sei es ein Geschwister oder eine Mutter oder einen Vater, dann zieht sich das Kind immer mehr zurück. Autisten haben ein sehr aktives Innenleben. Sie denken alles aus. Je mehr man sie bedrängt, mit ihnen spricht, umso mehr ziehen sie sich zurück. Das Umfeld der autistischen Kinder muss beruhigt werden, verlangsamt werden. Das Umfeld muss lernen besser zu beobachten. Nicht gleich drauf los schießen.

[00:49:12.614] - Dr.med. Ursula Davatz

Eine Stammzelltransplantation hilft sicher nicht.

[00:50:24.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Die Leute kommen immer mit irgendwelchen verrückten Ideen.

[00:50:59.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn ein Gebiet noch nicht so gut erforscht ist, kann man alles sagen.

[00:51:03.280] - Dr.med. Ursula Davatz

Robert F. Kennedy Jr. sagt ganz viele komischen Dinge.

[00:51:03.412] - Dr.med. Ursula Davatz

https://de.wikipedia.org/wiki/Robert_F._Kennedy_Jr.

[00:51:07.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Autismus ist immer ein Impffehler, sagen gewisse Leute.

[00:51:07.882] - Dr.med. Ursula Davatz

Impfungen können bei gewissen Kindern eine Enzephalitis auslösen.

[00:51:08.060] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://de.wikipedia.org/wiki/Enzephalitis>

[00:51:44.880] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn man eine Enzephalitis hat, dann hat man Probleme. Das ist eine spezielle Reaktion des Kindes.

[00:52:03.480] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADS ist ein hyperergischer Reaktionstyp.

[00:52:03.860] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://flexikon.doccheck.com/de/Hyperergie>

[00:52:11.360] - Bemerkung 18

ADHS/ADSler haben mehr Allergien.

[00:52:11.800] - Bemerkung 19

Mir geht es um die Stigmatisierung. Es wird zu wenig aufgearbeitet und erklärt in der Gesellschaft. Was ist das überhaupt? Ich kenne Eltern, welche darunter leiden, wenn sie plötzlich vom Arzt hören, dass ihr Kind ein Autist ist. Das darf ich meiner Nachbarin gar nicht sagen. Man sollte viel mehr Aufklärungen machen. Die gehören doch alle zu uns.

[00:52:30.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Heutzutage spricht man auch von der Neurodiversität, neurodivergente Kinder.

[00:52:54.300] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Mitte ist die Norm und auf der Seite sind die Kinder, welche ein wenig anders sind. Das ist die gaussische Glockenkurve.

[00:52:57.710] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://de.wikipedia.org/wiki/Normalverteilung>

[00:52:57.890] - Dr.med. Ursula Davatz

Eine Population, die ganz viel unterschiedliche Genkombinationen hat, die überlebt viel besser als eine, die homogenetisch ist.

[00:53:26.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Wir brauchen andere Leute, die gehören zu uns.

[00:53:46.160] - Bemerkung 20

Viele leiden unter ihrem ADHS/ADS. Die Aufklärung ist ungenügend.

[00:53:49.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist keine Krankheit. Es ist ein sensibler Neurotyp, welcher empfindlicher ist.

[00:53:49.407] - Bemerkung 21

Das ist doch schön!

[00:53:49.560] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich muss eine Diagnose stellen, damit die Krankenkasse bezahlt. Das mache ich auch.

[00:54:22.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Das emotionale Gehirn der ADHS/ADSLer ist mehr vernetzt und bleibt länger vernetzt. Das kleine Kind hat noch eine grosse Vernetzung.

[00:54:28.460] - Dr.med. Ursula Davatz

n der Pubertät geschieht das Synaptic Pruning.

[00:54:28.747] - Dr.med. Ursula Davatz

https://en.wikipedia.org/wiki/Synaptic_pruning

[00:54:42.700] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Gehirn werden Autobahnen angelegt. Andere Schaltstellen werden gekappt, zerstört.

[00:55:14.620] - Dr.med. Ursula Davatz

Bei den ADHS/ADSLern bleibt diese Vernetzung länger. Die reifen später und haben immer eine stärkere Vernetzung. Das gibt ihnen auch die Fähigkeit grenzüberschreitend denken zu können. Das sind die Forscher, Unternehmer, etc.

[00:56:09.420] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie sind nicht krank, sie sind anders.

[00:56:10.620] - Bemerkung 22

Wie sieht es aus, wenn man ins Berufsleben geht? Die Kinder sind ein Spiegel der ganzen Familie. Ich arbeite nur mit Frauen. Nicht pflegeleichte Kinder sind schwierig für den Vater. Der Vater sollte auch seine Geschichte anschauen. Es ist einfacher zu sagen: diese Kinder sind einfach krank. Man will immer die Verantwortung abgeben.

[00:56:58.610] - Dr.med. Ursula Davatz

Die ADHS/ADS Kinder sind sehr sensibel und übernehmen ganz viele emotionale Verantwortung. Sie tragen ganz viel und wenn es zuviel wird, dann explodieren sie, dann werden sie krank.

[00:56:58.940] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn die Eltern nicht gut funktionieren, dann übernimmt das Kind die ganze soziale Last. Sozialisierung, Übersetzer, etc. Irgendwann wird es zuviel.

[00:57:30.240] - Dr.med. Ursula Davatz

Man muss diese Familien möglichst früh unterstützen, damit diese Krankheit sich nicht so entwickelt.

[00:57:53.240] - Bemerkung 23

Mein Sohn hat ADHS/ADS. Er ist 20 Jahre alt, nimmt Concerta. Was kann er für Folgekrankheiten entwickeln? Wo muss ich aufpassen? Wo sind die Gefahren?

[00:58:01.910] - Dr.med. Ursula Davatz

Nicht beim Concerta.

[00:58:02.118] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich muss alles rund um das Kind wissen. Was ist es für ein Kind? Was für ein Beruf hat er gewählt. Bei der Berufswahl muss man aufpassen, dass man als Eltern nicht bestimmt, was er lernen muss.

[00:58:02.280] - Bemerkung 24

Er hat schon abgeschlossen.

[00:58:17.768] - Dr.med. Ursula Davatz

Hat er seinen Fokus gefunden? Gefällt ihm sein Beruf?

[00:58:17.914] - Bemerkung 24

Da bin ich nicht so sicher. Er selber ist nicht so sicher.

[00:58:17.930] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann muss man offen sein. ADHS/ADSl'er können X verschiedene Stellen suchen. Als erstes muss er formulieren können: was passt mir nicht?

[00:59:12.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn das Umfeld nicht stimmt, geht es gar nicht.

[00:59:14.080] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie eine neue Stelle suchen sage ich: keine Stelle nehmen, wenn es nicht stimmt.
Lieber keine Stelle, als eine falsche.

[00:59:32.480] - Bemerkung 25

Interessant.

[00:59:37.920] - Dr.med. Ursula Davatz

Probezeit machen, eine ganze Woche. Auf den Bauch hören: stimmt das Klima für mich? Wenn es nicht stimmt, die Stelle nicht nehmen.

[00:59:38.060] - Dr.med. Ursula Davatz

Nicht nach dem Geld gehen sondern nach der Stimmigkeit.

[00:59:53.800] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe viele begleitet und auch geschützt, wenn das RAV gesagt hat, dass man die nächste Stelle nehmen muss.

[01:00:11.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe allen geholfen, dass sie nichts nehmen, das nicht zu ihnen passt.

[01:00:12.900] - Dr.med. Ursula Davatz

Es lohnt sich nicht. Sie haben sonst einen Job nach dem anderen. Sie müssen genau schauen, ob es stimmt. Sie sind viel sensibler auf die Stimmigkeit. Wenn man einen Chef hat, der nicht mit einem umgehen kann, muss man gar nicht beginnen.

[01:00:34.020] - Bemerkung 26

Ja, das stimmt.

[01:00:36.200] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist ganz wichtig. Das Geld ist weniger wichtig.

[01:00:40.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Auf lange Sicht ist die Stimmigkeit ganz wichtig und dass sich der Mensch gesund entwickeln kann. Das ist 100 Mal wichtiger, als wenn er ein Jahr arbeitslos ist.

[01:00:55.480] - Bemerkung 27

Als Arbeitgeberin, hätte ich gerne, wenn man mir sagt: ich habe ein ADHS/ADS.

[01:00:58.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Ok, das ist gut.

[01:00:59.400] - Bemerkung 27

Wir arbeiten sehr nahe zusammen. Ich finde es wichtig, dass man weiss wo man steht, als Arbeitgeberin.

[01:00:59.640] - Dr.med. Ursula Davatz

Das finde ich sehr schön.

[01:00:59.770] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich sage immer: steigen sie mal ein. Wenn sie einen Chef haben, dem man es sagen kann, dann sagen.

[01:01:41.700] - Bemerkung 28

Als Arbeitgeberin muss man auch einstehen für diese Leute. Sonst wird es nie stimmig.

[01:01:56.360] - Bemerkung 29

Macht man eine Diagnose? Meine Tochter macht Filmmusik, Musiktheorie. Beide Kinder sind kreativ. Beide Kinder funktionieren aber andere haben eine höhere Belastbarkeit.

[01:03:03.620] - Dr.med. Ursula Davatz

ADHS/ADSLer müssen auch lernen eine Pause zu machen. Sie müssen lernen wieviel drinnen liegt und wieviel nicht. Sie sind sehr begeisterungsfähig. Sie geben sich stark aus und brechen dann zusammen. Die müssen dann lernen selber "Stop" zu sagen. Viele können das nicht. Sie müssen das lernen.

[01:03:04.040] - Dr.med. Ursula Davatz

Sie müssen nicht unbedingt das Wort ADHS/ADS nehmen. Sie können sagen: wenn sie mit mir so und so umgehen, dann funktioniere ich nicht. Sie wollen, dass ich gut funktioniere.

[01:03:55.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Am ersten Tag hat der Chef eine Lehrtochter komisch behandelt. Sie wollte gleich aufhören. Ich habe zur Lehrtochter gesagt: gehen sie zu ihrem Chef und sagen sie: das und das ertrage ich nicht. Ich brauche das und das. Der Chef wollte dann auch in die Beratung kommen.

[01:04:35.400] - Bemerkung 30

Man muss eine Kommunikationskultur im Geschäft haben, wo man sagt, wo sind Talente und wo sind Defizite, ohne Diagnosen.

[01:04:49.820] - Bemerkung 31

Ich habe keine Ahnung von Psychologie. Ich habe viel mit Menschen zu tun. Bewegtes Schweigen bringt nichts.

[01:05:00.440] - Dr.med. Ursula Davatz

Wenn sie als Chefin wollen, dass man es ihnen sagt, dann soll man es auch sagen.

[01:05:06.250] - Dr.med. Ursula Davatz

An der Schule und an der Universität kann man einen Nachteilsausgleich verlangen. Sie haben dann mehr Zeit für die Prüfungen, sie dürfen einen ruhigen Raum haben. Es gibt heute mehr Chefs die gerne mehr über ADHS/ADS wissen.

[01:06:05.510] - Bemerkung 32

Unser jüngerer Sohn hat ein ADHS/ADS. Er hat drei Studien abgebrochen und ging fünf Jahre auf den Flughafen arbeiten. Dann wurde er Primarlehrer. Jetzt ist er seit sechs Jahren Unterstufe Primarlehrer. Er kann diesen Eltern und Kindern viel geben. Ich bin froh, dass wir die Nerven hatten, das auszuhalten.

[01:06:37.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Ja! Das ist genau richtig.

[01:06:41.550] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich hatte auch so einen Fall, der hat alles möglich durchgemacht. Bipolar usw. Ich habe geholfen, ihn wieder beruflich einzugliedern. Der wurde jetzt auch Primarlehrer. Unter den Lehrpersonen gibt es viele ADHS/ADSlers. Die brauchen eine breite Aufmerksamkeit. Unter den Ärzten gibt es auch viele, wegen der hohen Sensibilität.

[01:06:42.000] - Dr.med. Ursula Davatz

Das ist toll, dass sie das ausgehalten haben. Das ist sehr wichtig. Nicht die Geduld verlieren.

[01:08:07.770] - Bemerkung 33

Was ist mit den Folgeerkrankungen? Wie haben einige Schizophreniefälle in der Familie. Kiffen dürfen wir nicht, Drogen nehmen dürfen wir nicht, weil das psychoaktiv im Gehirn etwas macht. Wird darüber im Buch mehr gesagt? Was für Steigerungsformen des Problems kann es geben?

[01:08:32.220] - Dr.med. Ursula Davatz

Im Buch habe ich 14 Dos and Don'ts.

[01:08:54.985] - Dr.med. Ursula Davatz

<https://adhs.expert/wp-content/uploads/2024/06/13-TIPPS-FUeR-ERZIEHENDE.pdf>

[01:08:55.120] - Bemerkung 34

Ab wann ist man mit ADHS/ADS diagnostiziert? Was muss er ausweisen?

[01:09:14.400] - Dr.med. Ursula Davatz

Der Standard heute ist, dass man einen neuropsychologischen Test machen muss. Der besteht auf Fragen und einem Interview mit den Eltern. Man muss im Kindesalter schon etwas bemerkt haben.

[01:09:24.340] - Dr.med. Ursula Davatz

Es gibt auch Aufmerksamkeitstests, wo man langweiliges Zeug machen muss. Dort machen ADHS/ADSl'er viel mehr Fehler.

[01:09:52.360] - Dr.med. Ursula Davatz

Persönlich nehme ich nur die Anamnese und die Familienanamnese und diagnostiziere dann.

[01:09:57.820] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe die Frechheit, dass ich sage, ich tue mich schon über 40 Jahre mit dem befassen. Die ärztliche Diagnose ist eigentlich immer eine Kunst.

[01:10:17.650] - Dr.med. Ursula Davatz

Es kommt immer darauf an, wer es ist und an was man glaubt.

[01:10:22.860] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich habe Kinder gehabt, welche in die psychologischen Tests gegangen sind und die Psychologin dann gesagt hat: nein, das ist kein ADHS/ADS.

[01:10:30.960] - Dr.med. Ursula Davatz

Im einer Setting kann das Kind aufpassen.

[01:10:34.500] - Dr.med. Ursula Davatz

In der Schule wird es abgelenkt.

[01:10:37.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann sagt die Psychologin: nein, das ist kein ADHS/ADS. Das Kind kann aufpassen, ist gut in der Schule und so weiter.

[01:10:44.180] - Dr.med. Ursula Davatz

Das Kind muss sich sehr anstrengen, dass wenn es viel Ablenkung hat, immer noch bei der Sache zu bleiben.

[01:10:53.780] - Dr.med. Ursula Davatz

Da werden auch falsch negative Tests herausgegeben.

[01:10:58.760] - Dr.med. Ursula Davatz

Ich muss es dem Arzt und der Psychologin überlassen, was sie sagt.

[01:11:02.300] - Dr.med. Ursula Davatz

Es ist egal wie man es nennt. Wichtig ist, dass wir lernen mit diesen Menschen umzugehen.

[01:11:07.700] - Bemerkung 35

Ich arbeite mit Suchtkranken.

[01:11:15.160] - Dr.med. Ursula Davatz

Suchterkrankungen trifft man viel mehr bei den ADHS/ADSlern.

[01:11:23.820] - Bemerkung 36

Wäre das Vorgehen richtig, wenn es im 1:1 Anzeichen für ADHS/ADS gibt, macht es Sinn dann einen Test zu machen. Ich finde, dass es hilfreich sein kann.

[01:12:18.500] - Dr.med. Ursula Davatz

Dann hat man es schwarz auf weiss. Im Unispital hat man ein oder zwei Jahre Wartezeit. Dann nützt das alles nichts. Ich mache eine Stunde und erkenne die ADHS/ADS Familie sofort. Die Krankenkasse fragt dann oft nach einem neuropsychologischen Test.

[01:12:45.150] - Bemerkung 37

Wir haben den Autismus Test mit der 21-jährigen Tochter gemacht. Sie hat sich das gewünscht. Das Gespräch danach fand ich schwierig. Wir mussten für den Test CHF 2'500.- bezahlen. Das zahlt die Krankenkasse nicht. Ihr hat es geholfen, dass man ihr gesagt hat, dass sie kein Autismus hat, obwohl sie im Spektrum ist. Im Tests sieht man auch die Stärken.

[01:13:33.600] - Dr.med. Ursula Davatz

Danke für die aktive Teilnahme.