

22. Juli 2015

## RADIOBEITRAG als Text

### **Kinder mit ADHS profitieren von Sport und Bewegung**

#### **Anmoderation:**

Das sogenannte Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung – kurz ADHS – zeigt sich mit verschiedenen Symptomen und braucht eine professionelle Diagnose, die Therapie ist dann vielfältig: Unterstützend ist Sport für Kinder mit ADHS sinnvoll, wie eine aktuelle Studie der Universität Regensburg zeigt. Wichtig ist, dass Kinder einen Sport finden, der zu ihnen passt und Spaß macht. Mehr dazu von Kristin Sporbeck.

Länge: 2.08 Minuten

---

**Text:** Kinder mit einer Aufmerksamkeitsdefizit-Hyperaktivitätsstörung – kurz ADHS – werden häufig als Zappelkinder bezeichnet. Doch nicht jedes zappelige Kind hat gleich ADHS, wie Dr. Astrid Maroß, Fachärztin für Neurologie, Psychiatrie und Psychotherapie im AOK-Bundesverband, erklärt.

#### **Dr. Astrid Maroß:**

**Kinder mit ADHS können in drei Bereichen des Verhaltens auffällig sein: Sie sind zumeist unaufmerksam, können sich schlecht konzentrieren und sind leicht ablenkbar. Sie sind motorisch überaktiv, also zappelig und unruhig, und manchmal auch impulsiv oder aggressiv. Die Symptome sind dann in mehr als einem Lebensbereich auffällig, das heißt zum Beispiel in Kita und Schule und in der Familie. Und diese Schwierigkeiten haben in der Regel eine jahrelange Vorgeschichte und fangen im**

**Vorschulalter an. Trotzdem ist es so, dass nicht alle verhaltensauffälligen oder wilden Kinder in die Schublade ADHS gehören, es können auch andere Ursachen hinter auffälligem Verhalten stecken und deshalb sollten nur Fachleute eine Diagnose stellen.**

**Text:** Im Einzelfall sind die Symptome sehr unterschiedlich ausgeprägt. So sind die Auswirkungen auf den Alltag auch sehr verschieden. Die Behandlung hat laut Maroß mehrere Facetten. Grundlage sei die umfangreiche Beratung. Je nach Symptomschwere und individueller Situation kann dann über die Behandlungsstrategie entschieden werden. Eine gute Unterstützung für die betroffenen Kinder kann Sport sein.

**Dr. Astrid Maroß:**

**Da gibt es von Familienberatung über Hilfen zur Erziehung bis zu Verhaltenstherapie und medikamentöser Therapie viele Möglichkeiten. Und unterstützend können auch die positiven Effekte von Sport und Bewegung genutzt werden. Sport beeinflusst ja grundsätzlich viele Fähigkeiten sowie Gefühle und Stimmung positiv und es hilft betroffenen Kindern auch, besser mit den Symptomen klarzukommen, sich auszuzeichnen und hat auch das Potential, Konzentration und Aufmerksamkeit zu stärken. Wichtig ist auf jeden Fall, dass das Kind Spaß hat, dran bleibt und am besten täglich sich körperlich bewegt.**