

Ritalin® -- ein heißes Thema oder Wunderwaffe?

Wir haben uns anders entschieden.

Wusstest du, dass Ritalin® nach der Frau des Entdeckers benannt wurde, die sich damit beim Tennisspielen fitter fühlte? Rita – Ritalin.

Was als harmloses Aufputzmittel begann, wurde in den 60ern in den USA zur Kinderbehandlung zugelassen. In Deutschland dauerte es länger – aber der Einsatz nahm rasant zu.



Heute bekommen hunderttausende Kinder jedes Jahr *Medikamente* gegen ADHS, meist auf der *Basis von Methylphenidat*, wie Ritalin®. Viele Eltern hoffen damit auf bessere Schulnoten, mehr soziale Akzeptanz des Kindes, weniger Stress in der Familie.

Für andere ist der Wirkstoff eine Quelle großer Sorge. Denn die *Nebenwirkungen* wie Appetitlosigkeit, Schlafstörungen, Wachstumsverzögerungen, Herzrasen und manchmal sogar psychische Krisen sind gut dokumentiert – auch in Langzeitstudien.

Wir haben uns damals dagegen entschieden – nicht aus Trotz, sondern aus Überzeugung.

Weil es auch *andere Wege gibt*. Natürlich, individuell, alltagsnah. Wege, die *Kinder artgerechter stärken*.

Und genau diese Wege zeige ich heute in meiner Praxis. Für *Kinder, Jugendliche – und auch Erwachsene mit ADHS*.

Mit Blick auf Wahrnehmung, Bewegung, Ernährung, Nährstoffe, Struktur – und das, was Familien wirklich brauchen: Verständnis, Unterstützung, einen Plan.

👉 Wenn du mehr über Ritalin® wissen willst – und über natürliche Alternativen:

www.rosmarie-holterman.de

Oder hol dir einfach einen Gesprächstermin. Kostenlos & unverbindlich. Ich bin für dich da.