

Aufmerksamkeit, Verhalten und Mineralstoffe

von Dr. R.H. Anderson, Klinischer Verhaltenstherapeut

Eine der größten ungelösten Fragen im derzeitigen Medizinbereich besteht darin, warum so viele Jugendliche und Erwachsene kaum über die Fähigkeit verfügen sich auf eine Sache zu konzentrieren, ihre Aufmerksamkeit auf eine Sache zu fokussieren und Fähigkeiten auf „normalem Weg“ zu erlernen. Man braucht nur die Zeitungen aufzuschlagen und schon findet man Berichte von speziellen Erziehungseinrichtungen in Schulen, die vollkommen überfordert sind mit der Menge an Schülern zurechtzukommen, die nicht in einer normalen Klassenzimmeratmosphäre arbeiten können, da sie nicht still sitzen und sich nicht auf ihre Arbeit konzentrieren können und ihre Hausaufgaben oder Prüfungstermine vergessen haben, usw. Die Kosten, die der Gesellschaft für die Erziehung und Ausbildung dieser Kinder entstehen und in Folge dann als Heranwachsende, wenn sie viele der eben erwähnten Probleme immer noch haben, war der Grund, warum *Associated Interventions and Counselling, Inc.* in Ogden, Utah (USA) dieses Phänomen weiter untersucht haben.

Niemand kann bislang mit Sicherheit sagen, warum diese Probleme in unserer Gesellschaft und in anderen industrialisierten Gesellschaften existieren, es gibt jedoch diesbezüglich vernünftige Erklärungen. Wir wissen, dass die Nahrungsmittel, die wir täglich zu uns nehmen, nicht mehr bis zum endgültigen Reifestadium ausgereift sind, sondern stattdessen in noch unreifem Zustand geerntet werden, was ihre Bearbeitung und ihren Transport erleichtert. Wir wissen auch, dass die meisten Nahrungsmittel auf chemisch behandelten Böden angebaut werden, um mehr Ertrag und Gewicht zu erzielen und zugleich Schädlinge erfolgreich bekämpfen zu können. Daher finden sich Rückstände dieser Chemikalien in der Nahrung, die wir konsumieren. Wir wissen auch, dass die grundlegenden Ernährungsgewohnheiten in den industrialisierten Nationen eher durch einen Verzehr von Zusatzstoffen und Konservierungsmitteln gekennzeichnet sind, als durch frische und sinnvoll zubereitete Nahrung. Von dieser Information ausgehend versuchte die *Associated Interventions and Counselling, Inc.* in Ogden, Utah, herauszufinden, ob der Einsatz von mineralischer Nahrungsergänzung diesen Kindern und Erwachsenen helfen könnte,

besser zurechtzukommen und sich soweit zu beruhigen, dass sie besser und leichter arbeiten und lernen können.

Als Teil dieser Untersuchung wurde eine Studie errichtet, die sich des sog. T.O.V.A. Tests (Test der Variablen Aufmerksamkeit) bediente, mit dem die Impulsivität, Hyperaktivität, Reaktionszeit und Ablenkungsfähigkeit (Fähigkeit, sich auf die gestellte Aufgabe zu konzentrieren und dabei zu bleiben) gemessen werden sollte. Man fand eine wissenschaftlich signifikante Anzahl an Teilnehmern (n=34), die in ihren entsprechenden Prä-Tests Anzeichen dieser Merkmale aufwiesen. Die in dieser Studie eingesetzten Teilnehmer zeigten in diesem wissenschaftlich validierten Test, dass sie Merkmale von Impulsivität, Hyperaktivität, schlechten Reaktionszeiten oder Konzentrationsschwierigkeiten aufwiesen. Ihnen wurden 10 Tropfen eines von Trace Minerals Research stammenden Mineralkonzentrats in einem Saft (ca. 0,2 l) verabreicht, da elektronenmikroskopische Untersuchungen zeigten, dass eine solche Abgabe den Körper innerhalb von ungefähr 45 Minuten erreicht. Genau nach 45 Minuten wurden die Probanden dann mittels des T.O.V.A. Tests erneut getestet. Der T.O.V.A. ist ein vollständig validierter Test, der in keiner Weise (vorher) erlernt werden kann und daher auch nicht das sog. Re-Test-Problem erzeugt. Somit war sichergestellt, dass die Ergebnisse des zweiten Tests klar zeigen würden, ob die Verabreichung dieser Mineralstoffe auch tatsächlich Auswirkungen zeigen würde.

Die Ergebnisse waren erstaunlich! In annähernd 80 Prozent der Fälle kam es zu einer signifikanten Verringerung in entweder Impulsivität, Hyperaktivität, zu verbesserten Reaktionszeiten oder verringerter Ablenkungsfähigkeit. In manchen Fällen hatte der Originaltest gezeigt, dass das Kind oder der Erwachsene die typischen Werte für eine Person mit Problemen bei der Fokussierung seiner Aufmerksamkeit aufwies, und nur 45 Minuten später erhielt man bei den gleichen Personen Ergebnisse wie bei Personen mit normaler Aufmerksamkeit. Niemand kann sicher sagen, was genau diese Mineralstoffe bei den Teilnehmern bewirkt haben, ihre Auswirkungen jedoch sind nicht von der Hand zu weisen. Ob die Mineralstoffe nun die Fähigkeit besitzen, den Nervenimpulsen zu helfen, besser an die entsprechenden Bereiche des Gehirns und Körpers zu gelangen, die Kommunikation und das elektrische Gleichgewicht im Körper wieder herzustellen oder irgendwelche anderen wichtigen Aufgaben erfüllen, ist derzeit noch nicht hundertprozentig klar. Es scheint jedoch so, dass sich im synaptischen Bereich an den Nervenenden eine Veränderung im Mineralgleichgewicht einstellt, die den Nervenimpulsen gestattet, überzuspringen und die richtigen Rezeptoren öfter und leichter zu erreichen. Bei

vielen Personen hatte es den Anschein als bewegten sich die Nervenimpulse vorher durch einen nicht-leitenden Raum, wohingegen sich dieser Raum nach der Einnahme von Mineralstoffen als weitaus leitfähiger erwies und somit die Nervenimpulse wirksamer wurden. Klar ist auf jeden Fall, dass alle untersuchten Erwachsenen und alle Kinder eine signifikante Verringerung ihrer negativen Merkmale infolge der Einnahme eines natürlichen Produktes zeigten, anstatt ein möglicherweise gesundheitsgefährdendes Medikament einnehmen zu müssen.

Weitergehende Untersuchungen dieses neuen Erkenntnis führten zu Tage, dass bei einer täglichen Dosierung von 3x 10 - 25 Tropfen, Ruhe, Ausgeglichenheit und verbesserte Aufmerksamkeit auch dauerhaft erreicht werden konnten. Die Teilnehmer beschrieben ihre Erfahrungen u.a. mit folgenden Worten: „Ich konnte besser zuhören“. „Ich hatte heute den ersten Tag keine Schwierigkeiten mehr“. „Mama und Papa schreien nicht mehr so viel. Es ist eindeutig angenehmer zu Hause.“ Ferner wurde entdeckt, dass sich, wenn die Tropfen zusammen mit den ebenfalls von Trace Minerals Research hergestellten Produkten *Naturest* und *Stress-X* eingenommen wurden, eine sofortige und drastische Steigerung in der Fähigkeit nachts einschlafen zu können, ruhig und friedlich durchzuschlafen, erholt aufzuwachen und den Tag ausgeruht beginnen zu können, einstellte. Wurden die Tropfen und *Naturest* oder *Stress-X* während des Tages eingenommen, wurden bessere Arbeitsleistungen sowohl bei Erwachsenen als auch bei Jugendlichen berichtet. Ferner zeigte sich eine größere Gelassenheit und Ausgeglichenheit, weniger Angstgefühle, verminderter Stress sowie ein Anstieg in der Fähigkeit, Anweisungen zu befolgen und Aufgaben vollständig auszuführen.

Es ist wissenschaftlich nicht möglich genau zu erklären, was durch die Einnahme der Mineralstoffe wirklich passiert – es ist lediglich klar, dass sich irgendetwas verändert. Daher sind weitere Forschungen in diesem Bereich vonnöten, um herauszufinden, ob das elektrische System unseres Körpers eine Veränderung erfahren hat und etwa nach Einnahme dieser Mineralien eine bessere Leitfähigkeit aufweist, wie beispielsweise durch eine synaptische Veränderung der elektrischen Leitfähigkeit. Wir müssen ebenfalls feststellen, ob die Mineralstoffe, die unseren Körper dabei unterstützen die für ihn notwendigen Nährstoffe zu erhalten, zugleich auch die natürliche Fähigkeit des Körpers verbessern, wie geplant zu wirken. Es muss gleichzeitig aber auch anerkannt werden, dass die Ergebnisse eindeutig beweisen, dass die eingenommenen Mineralstoffe bei Menschen mit Schwierigkeiten im Bereich Aufmerksamkeit, mit verstärkter Impulsivität, Schwierigkeiten im

angemessenen Zuhören und mit Verhaltensweisen, anders als bei „normalen“ Menschen, eine klare Wirkung zeigten und es zu deutlichen Verbesserungen kam. Die diesbezüglichen Gründe bedürfen zweifellos weiterer Untersuchungen. Glücklicherweise – anders als bei der Verabreichung von Medikamenten – bestehen bei der Einnahme dieser Mineralstoffen, keinerlei Bedenken hinsichtlich Nebenwirkungen oder gesundheitlichen Schäden an Personen wenn diese Mineralstoffe über einen längeren Zeitraum eingenommen und zugleich auch weitere Forschungen ungehindert durchgeführt werden.

Es ist wichtig darauf hinzuweisen, dass diese Mineralstoffe die o.g. betroffenen Personen nicht „geheilt“ haben und dies auch nicht leisten können – sie sind nicht dazu angelegt zu „reparieren“. Wenn der menschliche Körper die entsprechenden, notwendigen Mineralien bekommt, verfügt er in vielen Fällen über eine eigene Fähigkeit sich zu kurieren. Diese Studie könnte schnell den Eindruck erwecken, dass sich der Körper von ganz alleine, sobald er einmal natürliche, ionische Mineralien erhält, in Richtung Homöostase oder Selbstregulation bewegt. Unser Organismus kann jedoch ohne das korrekte Gleichgewicht an Mineralien und anderen notwendigen Komponenten nicht funktionieren, und vieles deutet darauf hin, dass unser Körper in der heutigen Gesellschaft diese Mineralien und Komponenten über die Nahrungszufuhr generell eben nicht erhält und das ein daraus resultierendes Defizit wirklich durch eine ergänzende Mineralzufuhr ausgeglichen werden kann. Diese Nahrungsergänzung bietet zusätzlich die Möglichkeit – wenn sinnvoll und angemessen angewandt – von weit größerem Wert für zukünftige Generationen zu sein, als wir uns es heute vorzustellen vermögen.