

Autismus: Teil der Persönlichkeit

Schulmedizinisch betrachtet ist Autismus eine tiefgreifende, lebenslange Entwicklungsstörung. Mit vielen individuellen Symptomen. Die meisten Auffälligkeiten zeigen sich in der Sozialkompetenz, in der Kommunikation, der Kategorienbildung und den repetitiven, stereotypen Verhaltensweisen.

Typenunterscheidung

Offiziell gilt die Diagnose F84.0 Autismus-Spektrum-Störung. Inoffiziell wird jedoch eine Unterteilung vorgenommen:

- Frühkindlicher- / Kanner-Autismus
- Atypischer Autismus
- Asperger-Syndrom

Für eine Therapie ist dies nur bedingt relevant. Denn Autismus lässt sich nicht heilen. Die Einteilung kann jedoch helfen, sich besser auf den autistischen Menschen einzustellen.

Insbesondere Asperger sind meist unauffällig, normal bis überdurchschnittlich intelligent und sozial angepasst. Somit werden ihre Probleme gerade von medizinischem Personal oft nicht ernst genommen. Viele Autisten fühlen sich dadurch verunsichert, wütend oder verlieren komplett das Vertrauen.

Bei einer Therapie ist deshalb eine offene, ehrliche und authentische Haltung durch medizinisches Fachpersonal nötig.

Viele Begleitkrankheiten

Autismus kommt selten allein und kann nicht wegtherapiert werden! Doch Autisten haben oft viele Begleitkrankheiten oder sind ständig unter Stress auf Grund der Reize. Bei folgenden Begleitkrankheiten kann die Naturheilkunde gut unterstützen:

- ADHS / ADS
- Klinefelter-Syndrom, Marfan-Syndrom, u.a.
- Stoffwechselstörungen
- Verspannung, veränderte Körperwahrnehmung
- Schlafstörungen
- Ängste, Phobien, Panikattacken
- Depressionen, Erschöpfung, chronischer Stress
- Trink- / Essstörungen, Nahrungsmittel-Unverträglichkeiten
- Magen-Darm-Probleme
- Hautprobleme
- Allergien
- Autoimmunkrankheiten
- Herz-Kreislaufprobleme, Durchblutungsstörungen
- Schwindelanfälle, Ohnmacht

Neurodiversität

Neuere Studien aus der Hirnforschung deuten darauf hin, dass Autismus eine andere Form der Wahrnehmung und keine Behinderung ist. Damit entspricht dies den Aussagen vieler Autisten und ihrer Angehörigen, als Menschen mit unterschiedlichen Bedürfnissen angenommen zu werden.

Therapeutische Begleitung

Die üblichen Behandlungen und Therapien sind hauptsächlich auf Kinder und Jugendliche ausgelegt. Vieles davon sind pädagogische Massnahmen, Verhaltenstherapie, Psychopharmaka, Ergotherapie und Ernährungsberatung.

Was jedoch fehlt ist ein therapeutisches Angebot und Unterstützung für Erwachsene im Bereich Prävention. Hier ist die Naturheilkunde eine sinnvolle Ergänzung zur Schulmedizin. Integrative Medizin ist hierfür das Stichwort.

Authentisch. Autistisch.
Betroffene sind die besten Experten.

Traditionell-europäische Naturheilkunde (TEN)

Der Dschungel an alternativen Therapieverfahren ist riesig! Dabei wird in Praxen viel zu oft mit dem Spruch geworben: «Autismus ist heilbar». Doch das ist nicht so! Deshalb Hände weg von Therapeuten und Ärzten welche solche Äusserungen tätigen.

Naturpraxis Hitz richtet sich hauptsächlich nach medizinisch anerkannten und geprüften Naturheilverfahren der TEN und ergänzt nach Wunsch naturphilosophische Ansätze der Humoralmedizin.

Die TEN grenzt sich von der Homöopathie ab.



Pflanzenheilkunde (Phytotherapie)

Mit verschiedenen Wildkräutern werden Krankheiten behandelt und das Wohlbefinden gefördert. Viele Pflanzen sind heute gut auf ihre Wirksamkeit erforscht. Phytotherapie gehört damit zur Pharmazie.



Massage & Reflexologie

Massagen und Reflexzonentherapie fördern das allgemeine Wohlbefinden, wirken entspannend und durchblutungsfördernd. Durch Berührungen wird Oxytocin ausgeschüttet, was stimmungsaufhellend wirkt und den Serotoninspiegel erhöht. Ausserdem wird die Körperwahrnehmung gefördert.



Diätetik / Ernährung

Es ist erwiesen, dass bei psychischen Erkrankungen der Magen-Darm-Trakt stärker belastet ist. Mit einer angepassten Ernährung, kommt der Mensch wieder in Balance. Diätetik ist deshalb ein wichtiger Therapieansatz und ist individuell ausgerichtet. Es gibt nicht DIE eine Diät.



Mind-Body-Medizin / Ordnungstherapie

Mit Biofeedback, Entspannung und Achtsamkeit die Körperwahrnehmung stärken und so Stress, Angst und Panik vorbeugen. Ausserdem unterstützen die Wasseranwendungen nach Kneipp das Immunsystem und aktivieren den Stoffwechsel.

Weiterführendes

Attwood Dr. Tony Ein ganzes Leben mit dem Asperger-Syndrom [Buch]. - [s.l.] : TRIAS Verlag, 2012. - S. 448. - ISBN: 978-3830465041.

Preissmann Dr. Christine Autismus-Fachtagung: «Autistische Frauen und Mädchen» [Interview]. - ETH, Zürich : [s.n.], 18. Mai 2019.

Preissmann Dr. Christine Psychotherapie und Beratung bei Menschen mit Asperger-Syndrom - Konzepte für eine erfolgreiche Behandlung aus Betroffenen- und Therapeutesicht [Buch]. - Stuttgart : W. Kohlhammer GmbH, 2019. - 4. Auflage : S. 187. - ISBN: 978-3-17-032946-1.

Spek Annelies Achtsamkeit für Menschen mit Autismus - Ein Ratgeber für Erwachsene mit ASS und deren Begleiter [Buch]. - Bern : Verlag Hans Huber, 2012. - S. 200. - ISBN: 978-3-456-95091-4.

Wagner Lorenz Der Junge der zuviel fühlte - Wie ein weltbekannter Hirnforscher und sein Sohn unser Bild von Autisten für immer verändern [Buch]. - [s.l.] : Europa-Verlag, 2018. - S. 216. - ISBN: 978-3-95890-229-9.



Naturpraxis Hitz
 Flühstrasse 5
 5415 Rieden AG
 Tel. 056 282 11 31
 E-Mail: info@naturpraxis-hitz.ch
www.naturpraxis-hitz.ch

Partner:



Autismus deutsche Schweiz
Ringhofstrasse 354, Zürich, autismus.ch

Besser informiert



Naturheilkunde bei Autismus

Überblick über Autismus und den Möglichkeiten wie die Naturheilkunde TEN Unterstützung bieten kann. Dabei geht es primär um das therapeutische Begleiten und nicht um eine Heilung. Das Ziel ist «Hilfe zur Selbsthilfe» - erkennen der eigenen Bedürfnisse und der Prävention.