

Erfahrungsbericht Nr. 3

Anfangs 2006 wurden wir von der Lehrerin unseres Sohnes Justus darauf angesprochen, dass Justus Konzentrationsprobleme habe und während der Schulzeit hyperaktiv sei. Dies bestätigte die Beobachtungen meiner Frau und mir. Justus wurde im Juli 1998 geboren. Er war seit klein auf immer sehr aktiv, ja sogar hyperaktiv. Nach dem Essen musste er sich immer bewegen! Wir haben dieses Verhalten dann als „Marathon“ bezeichnet. Dieses Phänomen „Marathon“ hatte Justus, seit er feste Nahrung zu sich genommen hatte. Justus hatte aber noch weitere Verhaltensauffälligkeiten wie z.B. nicht zuhören können, immer widersprechen müssen und keinen Moment ruhig sein können. Er redete immer; sein Maul hatte sich geöffnet, wenn er aufgewacht war und erst wieder geschlossen, wenn er eingeschlafen war. Justus war auch oft sehr frech. Sein Verhalten deutete auf ein ADHS hin. Diese Tatsache hatte uns nicht sonderlich verwundert, da auch ich (Justus Vater) in der Schulzeit als Legastheniker und Hyperaktiver eingestuft worden war.

In den Skiferien 2006, begegneten wir einer Familie und klagten über unser Leid. Sie machten uns auf die Homepage des FEBA-Vereins aufmerksam. Nach dem ersten telefonischen Gespräch mit der FEBA-Beraterin waren wir überzeugt, in der Ernährungsumstellung einen Versuch gefunden zu haben, vielleicht unserem Sohn zu helfen.

Justus hatte in der Schule viele Schwierigkeiten; er wurde von seinen Kameraden nicht ernst genommen und stand oft abseits der Schulklasse. Nach dem ersten persönlichen Beratungsgespräch mit der zuständigen FEBA-Beraterin beschlossen wir, die Ernährung gemäss den FEBA-Erfahrungen umzustellen. Wir als ganze Familie liessen alle Nahrungsmittel, die bekannt sind für eine Nahrungsmittel-Allergie, 4 Wochen lang radikal weg. Innerhalb von nur 3 Wochen konnten wir eine starke Veränderung an Justus und auch an mir feststellen. Justus hatte seinen „Marathon“ verloren und auch die anderen Verhaltensauffälligkeiten sind schon nach so kurzer Zeit auf ein erträgliches bis normales Mass zurückgegangen. Bei mir konnte ich folgende Veränderungen feststellen: Ich konnte mich plötzlich besser und über eine längere Zeit auf eine Arbeit konzentrieren, war nicht mehr nervös, und meine Energie, die ich verloren glaubte, ist wieder zurückgekehrt. Ich hatte 40 Jahre lang eine Weizenallergie, ohne es zu wissen... Doch wieder zurück zu Justus. Bereits nach drei Wochen haben auch aussenstehende Personen, wie Grosseltern und die Lehrerin Veränderungen an Justus festgestellt. Jetzt, ein halbes Jahr später, ist Justus vollständig in die Klasse integriert. Seine Klassenkameraden laden ihn nun auch zum Spielen ein und bei der letzten Klassensprecher-Wahl ist er auf den Vizeplatz gewählt worden. Seine Konzentrationsschwäche ist nicht ganz verschwunden, aber wir sind immer wieder bemüht unsere Ernährung zu optimieren, um noch bessere Resultate zu erzielen. Viele Nahrungsmittel konnten wir wieder einführen, und

wir wissen jetzt, auf welche Nahrungsmittel Justus reagiert. Diese Nahrungsmittel meiden wir strikte.
Wir sind sehr glücklich diesen Versuch der FEBA-Ernährungsumstellung gewagt zu haben. Es hat eine grosse Entlastung für uns als Familie gebracht.

Alle Namen wurden geändert.