

Nr 5, November 2020



Das Virus bleibt uns treu – es liebt scheinbar die kalte Jahreszeit – und

Selbsthilfe goes ONLINE again.....

Wenn Ihr **Alltag** manchmal zu einem unaussprechlichen **Chaos** wird, ganz andere Dimensionen einnimmt, Sie Dinge erleben, die sich die Nachbarin, wenn sie bei einem Kaffeeplausch davon erfährt, gar nicht vorstellen kann und man mit normalen Erziehungstipps nur noch mehr **Überforderung** erzeugt..... Hier finden Sie einen Platz zum **Austausch** mit Menschen, die ähnliche Situationen selbst kennen.

Hier sind Sie mit Ihren **Sorgen, Fragen und Anregungen** willkommen, hier werden Sie gesehen und gehört !

Selbsthilfegruppe Wien

Wann: am 13.11.2020 von 18 – 20 Uhr

Wo: Online Portal



Anmeldung: bitte melden Sie sich bei uns an, indem Sie uns ein e-mail senden: an info@fasd-netzwerk.at .

Sie können bequem **über** Ihr **Notebook, Tablet oder Smartphone teilnehmen**. Eine Registrierung ist nicht erforderlich. **Geben Sie uns bekannt**, ob Sie **über** Ihre **e-mail-Adresse oder** über Ihre **Telefon-Nummer** (Tablet oder Smartphone) von uns kontaktiert / **eingeladen** werden möchten.

Technische Hinweise:

Bei Teilnahme über einen Laptop/Notebook, bitte als Browser **Google Chrome** verwenden, dieser wird von Jitsi Meet unterstützt.

Bei Teilnahme via Smartphone, bitte vorher die **Jitsi Meet (8x8)-App** herunterladen.

Von uns wird ein Anmeldelink per Mail bzw. SMS versendet, dann sollte alles ganz einfach durch Anklicken des Links funktionieren. Eine Registrierung ist nicht erforderlich.

Wir waren dabei:

Seminar Traumapädagogik am 19.9.2020

Um mehr über uns zu erfahren besuchen Sie unsere Homepage unter www.fasd-netzwerk.at

Wir freuen uns auch besonders über Ihre  auf unserer **facebook**-Seite fasd-netzwerk.at und Ihre  auf  **fasdnetzwerk**.

Für einen gemeinsamen Austausch steht Ihnen unsere Facebook – Gruppe fasd-netzwerk.at zur Verfügung. Werden Sie Mitglied, wir freuen uns darauf !

Neues aus der Medizin:

Vielversprechende neue Erkenntnisse in der Behandlung von FASD:

Jeffrey Wozniak, PhD, Professor an der Abteilung für Psychiatrie und Verhaltenswissenschaften der medizinischen Fakultät der Universität von Minnesota hat eine **Vitaminbehandlung auf Cholinbasis** entwickelt, um die Gehirnentwicklung bei Kindern mit fetalen Alkoholspektrumstörungen (FASD) zu fördern.

"Cholin ist ein **Baustein für Chemikalien und Strukturen im Gehirn**", erklärte Dr. Wozniak. „Es hat auch die Fähigkeit, Gene einzuschalten.“ Der Nährstoff Cholin kommt in Lebensmitteln wie Eiern vor, aber die meisten Menschen essen nicht genug davon. Daher führte Dr. Wozniak Untersuchungen durch, bei denen eine Gruppe von **Kindern zwischen zwei und fünf Jahren** randomisiert wurde, wobei eine Hälfte den **Cholin-Nährstoff** und die andere Hälfte ein Placebo erhielt.

"Grundsätzlich gaben wir ihnen eine Vitamin-Behandlung, die sie jeden Tag einnehmen sollten", sagte Dr. Wozniak.

"Wir haben eine **Getränkemischung mit Fruchtgeschmack** hergestellt, die für Kinder schmackhaft ist, und sie haben diese neun Monate lang täglich eingenommen."



Während dieser Monate bewerteten Dr. Wozniak und sein Team kognitive und Verhaltensergebnisse mit neuropsychologischen Tests. Dann, vier Jahre später, führte Dr. Wozniak ein Follow-up-Verfahren durch, um mehr Daten zu analysieren und nach Verbesserungen des Gehirns zu suchen. Bei dieser Untersuchung entdeckte er eine Verbesserung der nonverbalen Intelligenz - eine Form der Intelligenz, für die keine Sprache erforderlich ist - wie visuelle Problemlösung, Mathematik, Denken, Aufmerksamkeit, Konzentration und Gedächtnis. Die Kinder zeigten auch geringere ADHS-Symptome.

"Wir sind nicht an dem Punkt angelangt, an dem wir dies vollständig korrigieren können, weil wir die Schädigung des Gehirns durch Alkohol nicht rückgängig machen können, aber wir wissen, dass **Cholin die Gehirnentwicklung optimiert** und die Auswirkungen möglicherweise sehr stark sein können", so Dr. Wozniak sagte. „Da dies ein Nährstoff ist, wollen wir dafür kein kommerzielles Arzneimittel entwickeln. Wir hoffen, dass **Kinderärzte** dies **nutzen** können, wenn sie mit Familien arbeiten, die FASD-betroffene Kinder haben und dies so anwenden, wie sie es mit Vitaminen tun.“

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32164522/>

<https://med.umn.edu/news-events/medical-school-professor-uses-choline-help-treat-children-fasd>

Experten veröffentlichten die ersten Medikationsrichtlinien für Menschen mit FASD:

Ein Expertenteam aus ganz Kanada und den USA hat den ersten **Medikationsalgorithmus** für Personen mit Fetalen Alkoholspektrumstörungen (FASD) entwickelt. Dieser Algorithmus ist ein wichtiges **Instrument für Kliniker** zur Behandlung von Personen mit FASD (Kinder und Jugendliche ab 7 Jahren und Erwachsene).

Der Algorithmus ist eine schrittweise Anleitung zum „**Entscheidungsbaum**“, in der beschrieben wird, **welche Medikamente für FASD verschrieben werden können**. Der erste Schritt des Algorithmus sind „nicht-psychotrope Interventionen“. Der Kliniker muss sicherstellen, dass die Person mit FASD über die **erforderlichen ökologischen, sozialen und physischen Gesundheitsfaktoren** verfügt, z. B. ein unterstützendes Umfeld und soziale Beziehungen.



Dieser Schritt beinhaltet auch die Sicherstellung, dass die Betroffenen in der Lage sind, optimalen Schlaf, Ernährung und Bewegung zu erhalten. Diese nichtmedizinischen Faktoren sind wichtig, um die Symptome von FASD zu lindern.

Der nächste Schritt besteht darin, festzustellen, welche **Gruppe von Symptomen** den **einzelnen Patienten** am meisten **betrifft**. Die **4 Cluster** werden durch Theorien zur Anatomie und Funktion des Gehirns unterstützt und als Hyperarousal, emotionale Dysregulation, Hyperaktivität und kognitive Inflexibilität bezeichnet.

Forscher haben eine **Liste von Medikamenten** identifiziert, die die Symptome für jeden einzelnen Cluster wirksam lindern. Sobald der **Cluster mit der größten Auswirkung identifiziert** ist, können Ärzte die ersten empfohlenen **Medikamente auf dieser Liste verschreiben**. Wenn das erste Medikament nicht wirksam ist, wird es entfernt und das Medikament der zweiten Linie für den Cluster wird als nächstes verwendet, gefolgt von Medikamenten der dritten Linie, falls erforderlich.

Verfügbar Open-Access:

Der Algorithmus wurde in einem Open-Access-Journal veröffentlicht, sodass jeder kostenlos auf den Artikel zugreifen kann. Die Autoren der Studie ermutigen Personen mit FASD und / oder ihre Betreuer, zu ihrer eigenen Information auf den Artikel zuzugreifen. Möglicherweise möchten sie sie auch an ihren Arzt weitergeben.

Hier der Link: <https://www.jptcp.com/index.php/jptcp/article/view/681/695>

*Entspannende Tage in diesem Herbst,
in dem es an besonderen
Herausforderungen nicht mangelt...*



Fotos: Werner Stulber



*....wünscht Euch Euer
fasd-netzwerk-Team*

