

AD(H)S und Autismus-Spektrum-Störung (ASS)

(Therapie-Schemas nach Dr. med. Heinz Lüscher / für Erwachsene mit 60 - 80 kg Körpergewicht / Dosierung pro Tag)

Dieses Schema ist als erste Annäherung zu verstehen. Es muss im Fachgespräch individuell an die Betroffenen und ihre Situation angepasst werden.

1. Monat	2. Monat	3. Monat	4. Monat	5. Monat	6. Monat	7. Monat	8. Monat	9. Monat	10. Monat	11. Monat	12. Monat	Hinweise zur Einnahme
----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	----------	-----------	-----------	-----------	-----------------------

Immuno **Daily**: 2 Kapseln. **Kinder** (bis 45 kg) die Hälfte. Morgens nüchtern mit einem Glas Wasser; 20 min vor dem Frühstück.

Vitamin D3: 5500 IE (z.B. Vitamin D3 Vida 7 Tropfen = 5600 IE) Die Menge für **Kinder** unbedingt anpassen! Mit einer **Haupt**mahlzeit. Hohe Dosis wichtig für eine gute Wirkung von Immuno; wenn OHNE: tiefere Dosis!

Vitamin K2: ca. 225 µg (z.B. Vitamin K2 Vida 1 Kapsel) Ab 4000 IE Vitamin D3 pro Tag. Mit einer Mahlzeit. Kinder: i.d.R. nicht nötig.

Omega-3: 2000 mg EPA/DHA (z.B. Omega-3 Vida 10 ml = ca. 1 EL) / alternativ: Algen-Öl (z.B. Omega-3 Vegan 5 ml = 1 TL) Mit einer **Haupt**mahlzeit

Magnesium: 150-300 mg elementares Magnesium (z.B. Magnesium Vida 1-2 Kapseln) Morgens und abends mit der Mahlzeit. Kapsel kann geöffnet werden.

Klinoptilolith 2400 - max. 6000 mg (z.B. Toxaprevent 3 x 2 Kapseln oder 1-2 Sticks) Fühstens 15 min nach Immuno und immer 20 min vor der Mahlzeit mit einem Glas Wasser

Neovital (5 ml) Ausserhalb der Mahlzeiten mit 2 dl Wasser (z.B. 10 h oder 16 h OHNE Znüni/Zvieri); immer mind. 1 h Abstand zu Klinoptilolith!

Probiotika & evtl. Präbiotika (z.B. EM Multi ferment 20 ml und eventuell Probiotic Vida 3 g) Morgens nüchtern (zusammen mit Immuno); mindestens 15 (besser 30) min vor dem Frühstück

Zink 15-30 mg (z.B. Zink Vida 9-18 Tropfen) Mit dem Abendessen einnehmen