

# Körperliche Symptome – Ausgelöst durch ADHS

Referatsabend und  
Diskussionsforum

**Moderation** **Franz Fischlin**  
Journalist  
Co-Founder von YouMedia

**Shianne Spitzer**  
Studentin der Psychologie  
Host von YouMedia

**Ort** **Google Schweiz**  
**Europaallee 36**  
**8004 Zürich**

**Datum** **Freitag, 6. Juni 2025**

**Zeit** **19:00 bis 21:30 Uhr**

**Kosten** **Fr. 50.00 für Nichtmitglieder**  
**Fr. 35.00 für Mitglieder**

**Anmeldung** **info@adhs20plus.ch**  
**www.adhs20plus.ch**



**PD Dr. med. Monika Ridinger**  
Psychiatrie und Psychotherapie FMH  
Beraterin VS adhs20+  
Vertrauensärztin  
Buchautorin

Die ADHS-Symptomatik entsteht auf der Grundlage neurobiologischer Veränderungen im Gehirn. Unser Gehirn steuert nicht nur Denken, Fühlen und Verhalten, sondern ist an zahlreichen körperlichen und vegetativen Prozessen beteiligt.

Und so verwundert es nicht, dass bei vielen ADHS-Betroffenen auch Veränderungen im Eisen-, Elektrolyt-, Vitamin- und Cortisol-Stoffwechsel auftreten, was sich beispielsweise auf die Stressverarbeitung, die Schmerzwahrnehmung und auf muskuläre Verspannungen auswirken kann.

Folgen sind dann Spannungskopfschmerzen, Migräne oder Schlafstörungen. Auch komplexe Syndrome, wie Fibromyalgie oder Restless Legs Syndrome gehören zum Portfolio der mit ADHS-assoziierten Erkrankungen.

Das Wissen um derartige Zusammenhänge ermöglichen AnbieterInnen im Gesundheitssystem ein individuelles Eingehen auf die Betroffenen sowie ein gezieltes Monitoring und eine spezifische Supplementierung, was sich nicht nur auf den Stoffwechsel, sondern auch auf die ADHS-Symptomatik der Betroffenen positiv auswirkt.

Im Referat werden ausgewählte somatische Veränderungen und die Folgen sowie den Umgang damit dargestellt und diskutiert.



**Dr. med. Astrid Neuy-Lobkowitz**  
Botschafterin adhs20+  
Fachärztin für Psychosomatik und  
Psychotherapie mit Schwerpunkt  
ADHS bei Erwachsenen  
Buchautorin

Es ist bisher zu wenig bekannt, dass ADHS nicht nur ein Risiko für seelische Erkrankungen ist, sondern zunehmend zeigt sich, dass sich auch viele körperliche Beschwerden deutlich häufiger bei ADHS-Betroffenen entwickeln.

Diese körperlichen Beeinträchtigungen führen bei Betroffenen oft zu erheblichen Auswirkungen in Bezug auf ihre Gesundheit, ihre Lebenserwartung und ihre Lebensqualität.

Deshalb ist es auch für Internisten und Hausärzte wichtig, ADHS zu erkennen und auch die Probleme der ADHS-Betroffenen erfassen zu können.

Es zeigt sich weiterhin, dass auf Grund der Kernsymptome einer ADHS – wie beispielsweise der schlechten Selbstorganisation und den eingeschränkten Planungsfunktionen – die körperlichen Erkrankungen erschwert zu bewältigen sind. Ein gutes Krankheitsmanagement ist aber wiederum für den weiteren Verlauf von grosser Bedeutung.

Im Vortrag werde ich mich mit Autoimmunerkrankungen, chronisch/entzündlichen Darmbeschwerden, aber auch Nahrungsmittelallergien beschäftigen. Asthma und Neurodermitis treten auch häufiger bei ADHS auf, ebenso wie Diabetes und Bluthochdruck.

Es sollen mögliche Zusammenhänge beleuchtet werden, warum ADHS ein Risikofaktor für all diese Erkrankungen darstellen könnte.

+ Perspektiven  
+ Fokus  
+ Balance  
+ Cleverness

Werden auch Sie Mitglied von adhs20+ und profitieren Sie von laufenden Informationen und Vergünstigungen!

- Einzelmitglied Fr. 80.00/Jahr
- Ehepaar-/Familienmitgliedschaft Fr. 140.00/Jahr
- Einzelmitgliedschaft Studenten/IV-Bezüger Fr. 50.00/Jahr
- Fachperson Mitgliedschaft Fr. 150.00/Jahr

Wir freuen uns auf Ihre Anmeldung mit Angabe der gewünschten Mitgliedschaft und Ihrer Adresse an: [info@adhs20plus.ch](mailto:info@adhs20plus.ch).  
Ihr adhs20plus-Team

adhs20+  
Schweizerische Info- und Beratungsstelle  
für Erwachsene mit ADHS  
Geschäfts-/Fachstelle Zürich:  
Hirschengraben 28 | 8001 Zürich  
Fachstelle Baden: Wettingenstrasse 17 | 5400 Baden