

Trzy Etapy Interwencji Dietetycznej w Leczeniu Autyzmu

Karyn Seroussi

**Sieć Autyzmu dla Interwencji
Dietetycznych**

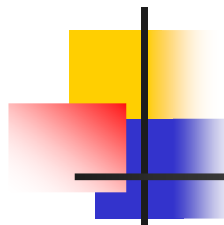
www.AutismNDI.com



Kim Jestem?

Karyn Seroussi

- Natrętna mama
- Orędowniczka interwencji biomedycznej
- Autorka, *Unraveling the Mystery of Autism*
(*Rozwikłanie Tajemnicy Autyzmu*)
- Autorka, artykułu w *Parents Magazine* - 2000

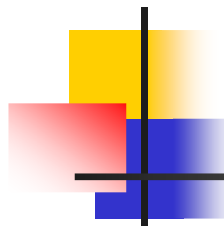


Kim Jesteście?

Grupa 1: Nie wypróbowaliście jeszcze diety bez glutenu i kazeiny (dieta GF/CF)

Grupa 2: Wyeliminowaliście już gluten lub nabiał z diety swojego dziecka, ale wciąż jesteście nowicjuszami

Grupa 3: Od dawna stosujecie interwencje dietetyczną lub Protokół DAN! (potraficie wymówić takie słowa jak „alfa-gliadyna” oraz „pęcherzykowe komórki dendrytyczne”)

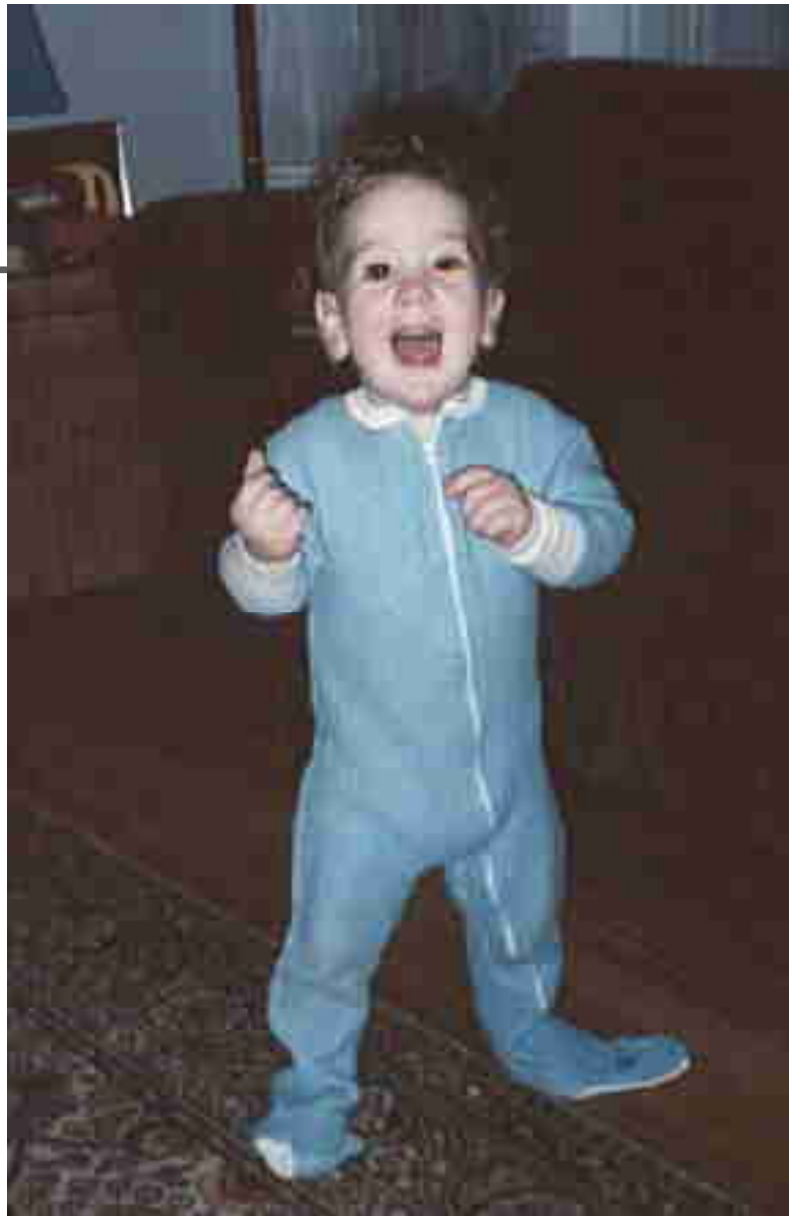
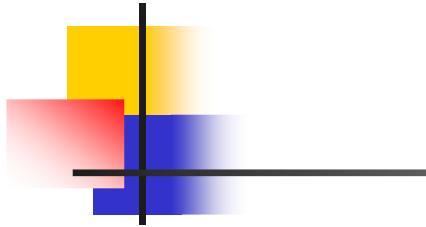


Kim jesteście?

Grupa 1: Nie wypróbowaliście jeszcze diety GF/CF

Grupa 2: Wyeliminowaliście już gluten lub nabiał, lub też oba te rodzaje produktów z diety swojego dziecka, ale wciąż jesteście nowicjuszami

Group 3: Stosujecie dietę bezglutenową oraz bezmleczną już od ponad roku.



W wieku 12
miesięcy



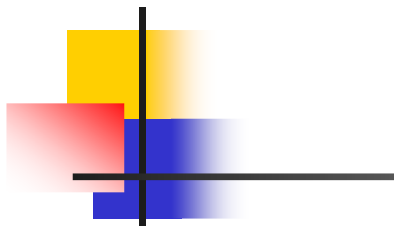
W wieku 14 miesięcy



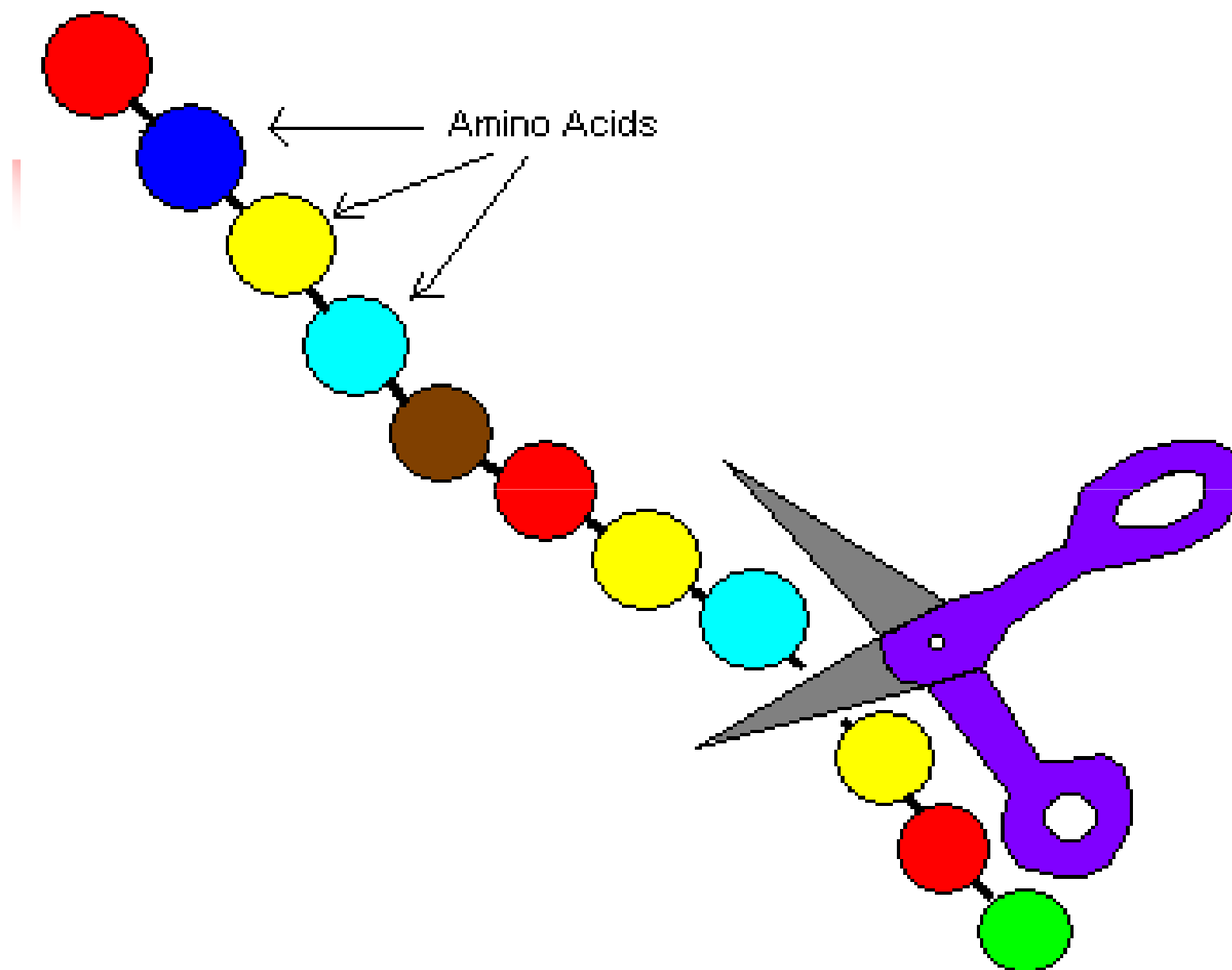
W wieku 16 miesięcy*

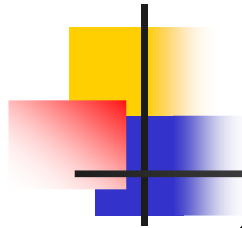


***Proszę zwrócić uwagę na rozdęty brzuch**



W wieku 17
miesięcy





Skąd biorą się opioidy?

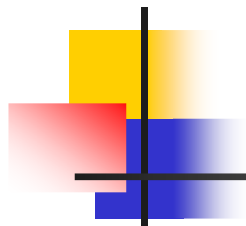
- Częściowo strawiona kazeina z mleka oraz gluten ze zbóż wytwarzają peptydy opioidowe
- Po całkowitym strawieniu następuje zanik działania opioidów
- Wada genetyczna? Zaburzenie metaboliczne? Dysfunkcja układu odpornościowego? Coś umożliwia niewłaściwy proces trawienia oraz zatrzymanie aktywności biologicznej
- Nadmiar usuwany z moczem („nadmiar opioidów”)



Rozpoznajecie te objawy?

- Życie we własnym świecie/skoncentrowanie na samym sobie
- Trudności w nawiązywaniu kontaktów społecznych
- Niewłaściwy afekt: chichotanie, płacz
- Zachowania stereotypowe: kołysanie się, powtarzające się ruchy
- Dziwny dobór obiektów zainteresowania
- Problemy żołądkowo-jelitowe
- Niewrażliwość na ból

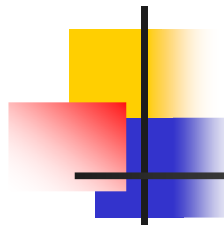
Są to objawy uzależnienia od opiatów.



Dzieci na prochach?

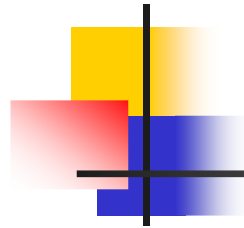


**„Wszystko w porządku – Mama i Tata
mi to *dali!*”**



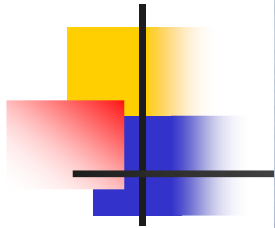
Hipoteza robocza

- Nieprawidłowe produkty rozkładu glutenu i kazeiny, oraz być może nieprawidłowe metabolity pewnych bakterii wywołują aktywność opiatów w rozwijających się mózgach małych dzieci, co skutkuje powstaniem zachowań autystycznych. Po wyeliminowaniu źródła tych opiatów możemy zredukować lub wyeliminować tego typu zachowania. (*cdn.*)

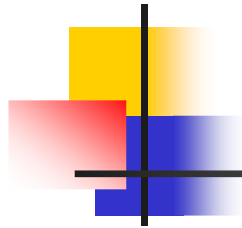


Hipoteza robocza (ciąg dalszy)

- Chociaż jesteśmy w stanie usunąć źródło autyzmu u niektórych dzieci, w pewnych przypadkach nie obserwujemy odpowiedzi na tego rodzaju leczenie; ich geneza może być o wiele bardziej złożona.
- Liczy się przede wszystkim czas, ponieważ w wielu przypadkach pierwotne uszkodzenie mózgu oraz nieprawidłowy rozwój społeczny mogą okazać się nieodwracalne.



W wieku 4 lat - 1997



Zespół ciekącego jelita

- Charakteryzuje się występowaniem dużych przestrzeni pomiędzy komórkami ściany jelita
- Występuje powszechnie lecz rzadko przeprowadza się badania na jego występowanie
- Umożliwia przechodzenie bakterii, toksyn oraz pokarmu
- Witaminy oraz minerały przechodzą zbyt szybko, aby ulec wchłonięciu
- Umożliwia przechodzenie peptydów opioidowych do krwi
- Przygotowuje grunt pod liczne alergie pokarmowe

Trzy **różne** sposoby uzewnętrznienia się problemu związanego z nabiałem lub glutenem

„Nietolerancja” pokarmowa

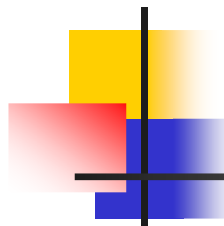
- Zwykle IgG zależna
- Badanie krwi
 - Wyprysk
 - Dyskomfort
- Zaburzenia ze strony przewodu pokarmowego
 - Inne objawy

„Prawdziwa” alergia

- IgE zależna
- Badanie skóry
 - Pokrzywka
 - Oddychanie
- Immunoterapia alergenowa

„Peptydomocznik” (Obecność peptydów w moczu)

- Zespół ciekącego jelita
 - Brak pełnego rozkładu białek
- Peptydy opioidowe w krwioobiegu oddziałują na mózg

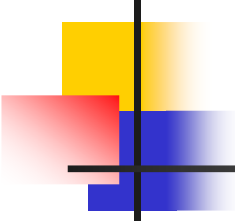


Z czym związane są alergie?

- Większość dzieci autystycznych jest uczulona na niektóre pokarmy, wdychane pyłki roślin lub pleśń. Reakcje alergiczne zakłócają prawidłową równowagę immunologiczną oraz mogą prowadzić do powstania stanów zapalnych, zwłaszcza w jelicie.
- Nieleczone alergie mogą niekorzystnie wpływać na zachowanie oraz mogą prowadzić do nieprawidłowych zachowań, zaburzeń snu oraz problemów jelitowych.

Trzy etapy interwencji dietetycznej





Etap I

- **Zaangażujcie się:** Prędzej czy później prawdopodobnie i tak będziecie musieli wypróbować tę dietę, więc może lepiej zrobić to wcześniej. Wiele rozsądnych osób ma nadzieję, że dieta ta nie zadziała w przypadku ich dziecka, ponieważ wydaje się zbyt skomplikowana! Jeśli zadziała to *świetnie*. Jeśli nie, przynajmniej spróbowaliście. Zobowiązcie się do trzymiesięcznego okresu próbnego.
- **Zaangażujcie innych**
 - Artykuły z Parents Magazine
 - Wykaz badań oraz strona internetowa ANDI
- **Skorzystajcie z Internetu**

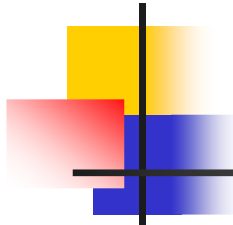


Etap I

„Nie wpadajcie w panikę!”

-Douglas Adams

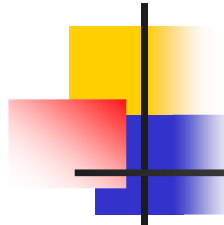
Autostopem przez Galaktykę



Etap I

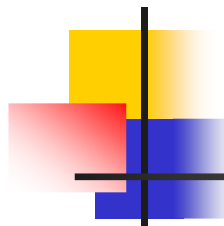
- Sporządźcie listę produktów żywnościowych, które Wasze dziecko lubi i jada: czy są bogate w skrobię? Słodkie? Słone? Oparte na mleku? Oparte na pszenicy?
- Czy należą do tej samej grupy produktów żywnościowych?

Wszystko na co Wasze dziecko wydaje się mieć ochotę lub do czego się ogranicza należy uznać za wysoce podejrzane, zwłaszcza jeśli są to produkty żywnościowe na bazie mleka lub pszenicy.



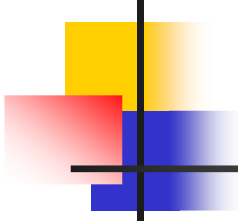
Etap I

- Sporządźcie listę objawów fizycznych występujących u Waszego dziecka: Czy pojawia się u niego wysypka?
Zaczerwienienie policzków lub uszu?
Czy miewa wzdęcia brzucha?
- Czy Wasze dziecko miewa biegunki lub zaparcia?
- Czy jest niewrażliwe na ból?



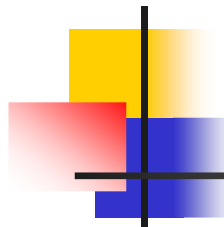
Etap I

- Zaczynjcie podawać multiwitaminowe preparaty GF/CF o niskiej zawartości alergenów oraz preparaty zawierające minerały przeznaczone zwłaszcza dla dzieci autystycznych i wytwarzane przez wyspecjalizowane firmy (odwiedźcie stronę internetową ANDI oraz kliknijcie na LINKI w celu uzyskania dodatkowych informacji (www.AutismNDI.com)).
- Zaczynjcie prowadzić dzienniczek przyjmowanych potraw – okaże się to przydatnym narzędziem i nie powinno się tego ignorować. Wprowadźcie kolumny poświęcone obserwacjom objawów fizycznych i behawioralnych.



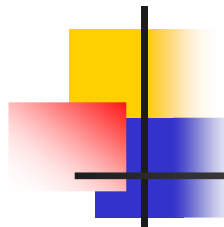
Etap I

- Wydrukujcie listę produktów żywnościowych dostępną pod adresem www.gfcfdiet.com
- Dołączcie do internetowej grupy wsparcia, np. grupy działającej pod adresem www.gfcfdiet.com
- Załóżcie lokalną grupę wsparcia
- Wybierzcie datę, planując podawanie jednego lub dwóch posiłków dziennie na raz.



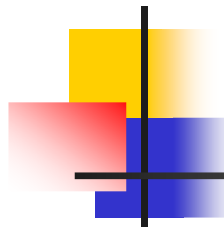
Etap I

- Wyeliminujcie z diety wszelkie produkty mleczne
- W ciągu tygodnia wyeliminujcie z diety wszelkie produkty glutenowe
- W trakcie zmieniania diety może zająć konieczność używania ryżu, ziemniaków, kukurydzy oraz innych produktów bogatych w skrobię, należy jednak pamiętać, że z biegiem czasu może zająć konieczność zmniejszenia przyjmowania lub wyeliminowania tego typu produktów z diety. Wykazano, że dieta oparta na skrobi może stanowić problem dla niektórych dzieci, z których wiele cierpi na nieprawidłowe funkcjonowanie przewodu pokarmowego oraz/lub nieprawidłowości ze strony układu odpornościowego.



Etap I

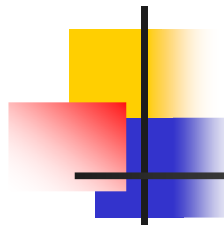
- W ciągu pierwszych kilku dni stosowania diety często obserwuje się objawy przypominające objawy abstynencji po odstawieniu opiatów lub objawy regresji. Nie przerywajcie diety i dajcie Swojemu dziecku do zrozumienia, że podchodzicie do sprawy poważnie!



Etap I

- W momencie, gdy stan Waszego dziecka wydaje się być ustabilizowany po okresie występowania objawów odstawienia, wprowadźcie probiotyki podawane w butelce oraz/lub produkty żywnościowe zawierające probiotyki.
 - hodowane warzywa
 - jogurty niezawierające mleka
 - kefir z młodych orzechów kokosowych

Upewnijcie się, że probiotyki podawane w butelkach nie zawierają mleka!

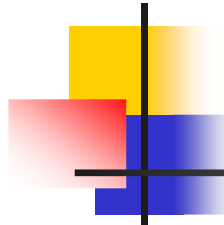


Etap II

Proste badanie może przynieść dobre wyniki!

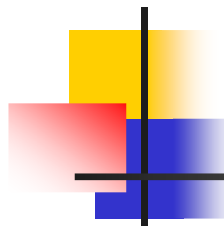
- Badanie ELISA na obecność IgG-zależnej alergii wielo-pokarmowej może stanowić wskazówkę dotyczącą innych nietolerowanych produktów pokarmowych.
- Badanie krwi lub skóry może służyć sprawdzeniu występowania „zwykłych” IgE-zależnych alergii pokarmowych i środowiskowych.
- Badanie na obecność kwasów organicznych Laboratorium Great Plains może wykryć obecność drożdży i bakterii oraz nieprawidłowości metabolicznych.
- Zaleca się także wykonanie badania kału na obecność pasożytów.

Jeśli są ku temu wskazania, leczyć dziecko lekami przeciwwgrzybicznymi lub przeciwbakteryjnymi oraz wyeliminujcie wszelkie niewskazane produkty żywnościowe.



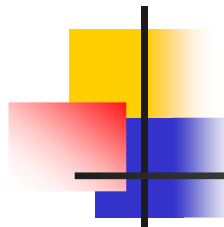
Pamiętajcie...

Fakt, że u dziecka nie stwierdzono alergii na pszenicę oraz nabiał nie oznacza, że produkty te są dobrze tolerowane! Odpowiedź na to pytanie daje jedynie ponowne wprowadzenie tych produktów żywnościowych do diety, ale nie próbujcie robić tego na tym etapie. Należy najpierw dać okazję sprawdzenia się zastosowanej diecie.



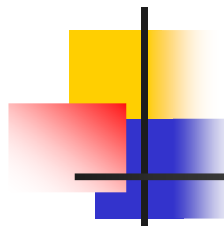
Etap II

- Jeśli Wasze dziecko wydaje się mieć dobre i złe dni, zwróćcie szczególną uwagę na zapiski w dzienniczku podawanych potraw. Zwróćcie uwagę na wpływ soi, kukurydzy, produktów zawierających skrobię, cytrusów, owoców, które zwykle ponoszą winę za nietolerancje pokarmową. Objawy te mogą być także związane z przyjmowaniem cukrów mogących wskazywać na problem z drożdżami. Uważajcie na produkty spożywcze o intensywnej barwie, takie jak pomidory. Niektóre reakcje alergiczne mogą pojawić się z jedno lub dwu dniowym opóźnieniem: zwracajcie uwagę na schematy ich występowania.



Etap II

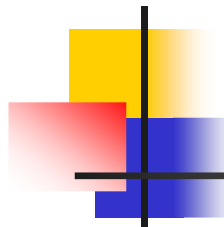
- Jeśli istnieje taka możliwość, zapiszcie się na konsultacje z Lekarzem DAN!, który nie pobiera zbyt wygórowanych opłat za wizytę i cieszy się dobrą opinią innych rodziców. Adresy takich lekarzy w waszej okolicy znajdziecie pod adresem
www.autismresearchinstitute.com.



Etap III

Jeśli wydaje się Wam, że zaczynacie osiągać wyniki terapii, ale podejrzewacie, że wiele jest jeszcze przed Wami, być może będziecie skłonni wypróbować nieco bardziej „zaawansowane” interwencje dietetyczne:

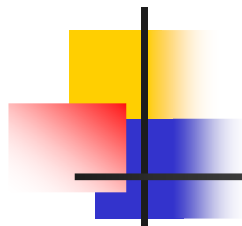
- Restrykcyjna Dieta Węglowodanowa (RCD)
 - eliminacja wysokoskrobiowych produktów zbożowych oraz/lub wielocukrów
 - systematyczne wprowadzanie probiotycznych produktów żywnościowych



Etap III

- W niektórych przypadkach wydaje się, że dzieci radzą sobie całkiem dobrze po bezwzględnym wyeliminowaniu wszelkich produktów bogatych w skrobię oraz cukry złożone.
- W innych przypadkach, zastosowanie pewnych bezglutenowych produktów zbożowych może okazać się pomocne lub nawet niezbędne, zwłaszcza w przypadku dzieci z przewlekłymi zaparciami lub utratą wagi na Restrykcyjnej Diecie Węglowodanowej (RCD).

Więcej informacji na temat różnych interwencji dietetycznych uzyskają Państwo na jutrzejszym wykładzie.



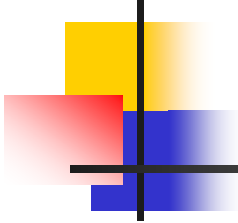
Badania

Artykuły z czasopism dotyczące autyzmu, alergii pokarmowych, nieprawidłowości ze strony przewodu pokarmowego, glutenu, nabiału oraz wpływu właściwości opiatowych mleka oraz peptydów pszenicznych na czynności neurologiczne znajdą Państwo pod adresem:

www.autismndi.com

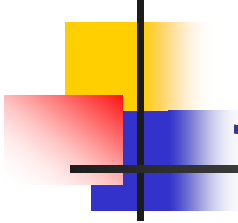


Częste pytania



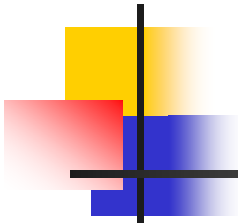
Kiedy powinniśmy zapoznać się z wynikami?

- ★ Wiek dziecka
- ★ Podtyp choroby
- ★ Stan jelit
- ★ Ilość glutenu i kazeiny obecna w poprzednio stosowanej diecie



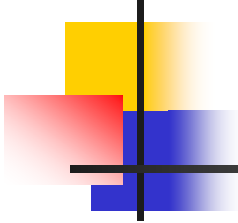
Jak bardzo muszę uważać? Co jeśli popełnię błąd?

- ★ 98% wobec 100%
- ★ Unikajcie powszechnych błędów (chrupki ryżowe, kozie mleko, Wonderbread – rodzaj białego pieczywa)
- ★ Reakcja na białko glutenowe? Nawet jeśli pozostanie niezauważalna, może opóźnić efekty diety



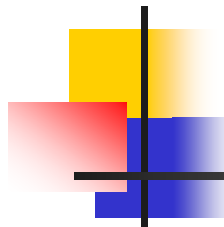
Czy moje dziecko powinno
radykałnie przestać przyjmować
szkodliwe produkty żywnościowe?

- ★ Odstawienie/efekty uboczne
- ★ Skomplikowane i przytłaczające
- ★ Wyeliminowanie nabiału jako pierwszego rodzaju potraw sprawdza się w przypadku większości pacjentów



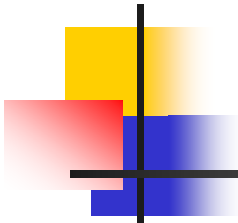
Czy cała rodzina musi przejść na dietę?

- ★ To zależy od rodziny
- ★ Substytuty pszenicy mogą być drogie
- ★ Niektóre dzieci mogą i nadal będą podjadać produkty glutenowe
- ★ Można korzystać z tych samych przyborów kuchennych jeśli można je myć (nie dotyczy to przyborów zrobionych z drewna)



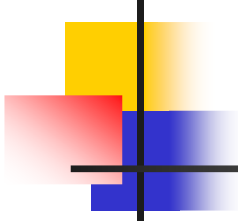
Co zrobić ze starszymi dziećmi?

- ★ Wiele zgłasza znaczące złagodzenie objawów związanych z lękiem, bólem oraz uczuciem dyskomfortu
- ★ Pozytywne wyniki mogą być motywujące – dziecko bardziej stosuje się do rygorów diety
- ★ Nie dowiesz się dopóki nie spróbujesz



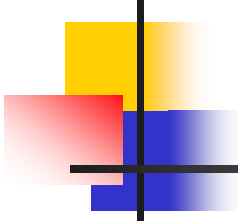
Czy ta dieta sprawdza się także w przypadku ADHD oraz innych zaburzeń?

- ★ Korzyści mogą odnieść rodzice oraz rodzeństwo
- ★ Dieta Feingolda
- ★ Pokrywające się częściowo spektrum zaburzeń
- ★ Nie dowiesz się dopóki nie spróbujesz



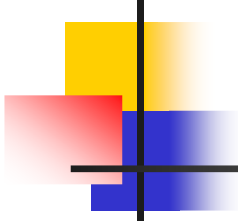
Skąd mam się dowiedzieć czy dany produkt spożywczy nie zawiera glutenu?

- Skorzystaj z Internetu
- Nie ufaj oznakowaniu opakowania – skontaktuj się z producentem



A może enzymy trawienne? Czy można je wykorzystać zamiast diety?

- ★ W tej diecie często przydatne okazują się suplementy diety, takie jak EnZymAid, SerenAid, itp.
- ★ Nie zmniejszajcie stopnia Waszego zaangażowania
- ★ Nie podawajcie trucizny razem z odtrutką!

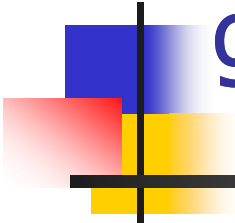


Naruszenie rygorów diety

Co powinniśmy zrobić jeśli podamy dziecku niewłaściwy produkt spożywczy:

- Podajcie dodatkowe enzymy
- Podajcie Benadryl lub inne leki przeciwhistaminowe
- Alka-Seltzer Gold
- Pomocny może okazać się węgiel aktywowany
- Zbadajcie przyczynę i opracujcie zabezpieczenia

Jak długo muszę stosować tę dietę?
Czy jeśli okaże się ona pomocna
moje dziecko będzie jeszcze kiedyś
mogło jeść produkty zawierające
glutem i kazeinę?



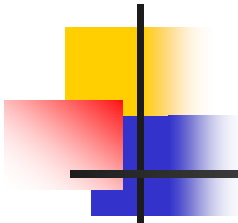
- ★ Konieczne jest lepsze zrozumienie mechanizmu tkwiącego u podstaw choroby
- ★ Po pewnym okresie stosowania tej diety wystąpienie odczynów niepożądanych na podawane pokarmy można odwlec w czasie



„Lekarstwo” na tą dietę

- ★ Chelatowanie?
- ★ Homeopatia?
- ★ Leczenie immunologiczne?
- ★ SCD™?

Leczenie jelit jest największym priorytetem: „Wylecz jelita a uleczysz pacjenta”. Ale nawet w takiej sytuacji nie mamy pewności, które dzieci mogą bezpiecznie ponownie włączyć produkty glutenowe oraz nabiał do swojej diety.



Skąd całe to zamieszanie związane z drożdżami i bakteriami? Przecież wszyscy mamy niewielkie ich ilości w przewodzie pokarmowym...

- ★ Naturalna „flora” jelitowa kontroluje drożdże żyjące w naszym przewodzie pokarmowym
- ★ Zdrowy układ odpornościowy utrzymuje równowagę jelitową
- ★ Antybiotyki mogą zaburzyć tą równowagę
- ★ Zaburzona równowaga prowadzi do namnażania się drożdży
- ★ Nadmiar zbędnych produktów przemiany materii drożdży może być wchłaniany z jelit, siejąc tym samym spustoszenie w ośrodkowym układzie nerwowym
- ★ Dobrym pomysłem wydaje się być leczenie problemów wywołanych przez drożdże towarzyszące diecie. Niekoniecznie oznacza to stosowanie diety pozbawionej drożdży.

Oct 21, 20

Rule 19

Let your countenance be pleasant, but in serious matters somewhat grave.

Let your countenance be pleasant but in serious matters somewhat grave. Let your countenance be pleasant, but in serious matters somewhat grave. Let your countenance be pleasant, but in serious matters somewhat grave. Let your countenance be pleasant, but in serious matters somewhat grave. Let your countenance be pleasant, but in serious matters somewhat grave.

No Sporanox
Oct 21, 2002

Devin Flagg
Age 13
6th Grade

DEVIN FLAGG

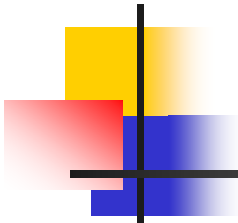
Rule 26a 11-12-02

In pulling off your hat to persons of distinction, as noblemen, justices, and churchmen, make a reverence, bowing more or less according to the custom of the better bred and quality of the person.

In pulling off your hat to persons of distinction, as noblemen, justices and churchmen, make a reverence, bowing more or less according to the custom of the better bred and quality of the person.

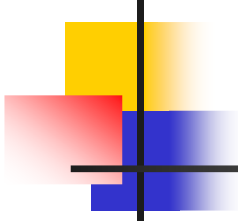
Started Sparanox
Nov. 7, 2002

DEVIN FLAGG
Age 13
6th Grade



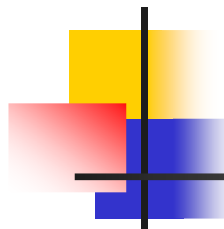
Kiedy można wstrzymać stosowanie interwencji dietetycznej?

- ★ Czy stosujecie ją właściwie?
- ★ Czy okres próbny jest wystarczająco długi? Trzy miesiące na ścisłej diecie GF/CF są sensowną rekomendacją.
- ★ Zachowajcie ostrożność jeśli postanowicie wstrzymać stosowanie tej diety.



Jak może pomóc moja rodzina?

- Artykuły w Parents Magazine
- Pieczenie chleba lub ciasteczek
- Odwiedzanie sklepów ze zdrową żywnością i szukanie nowych produktów
- Poproście dziadków, ciocię lub wujków o kupienie jednego produktu żywnościowego, na przykład substytutu mleka
- Projekt plakatu



Zasoby internetowe

www.AutismNDI.com

www.gfcfdiet.com

www.909shot.com

www.autism.com/ari

www.autism.com/atec

www.pecanbread.com

www.bodyecologydiet.com