

Тамара Кимельман



**Как победить  
аутизм**



Вы держите перед собой первую книгу о восстановлении здоровья детей с диагнозом аутизм и другими повреждениями мозга

Эта книга посвящена системе питания и биокоррекции.

Книга написана на основании истории моей внучки, которую я спасла сама. Девочка получила диагноз тяжелый аутизм и в 3 года не говорила, не знала своего имени, не выполняла никаких действий по самообслуживанию и с ней не было коммуникации, в шестилетнем возрасте после 3-х лет диеты и биокоррекции она пошла в обычную школу.

Нет панацеи и нет волшебной таблетки, но есть методика, которая уже показала свою эффективность и помогла тысячам детей.

Если ваш ребенок получил один из этих диагнозов: РДА, СДВГ или ЗПРР, ЗРР, любые алалии, это еще не приговор. Прочтите эту книгу и помогите своему ребенку!

Вторая книга этой серии будет посвящена методике обучения особых детей по американской системе АВА.

ISBN 978-5-9902909-1-4



9 785990 290914

Тамара Кимельман

# Как победить аутизм

*Система питания и биокоррекции*

Издание второе, дополненное

*При содействии и участии:*

Галины Краевой

Евгении Новоселовой

Татьяны Хлыбовой

Надежды Чаковой

***А также:*** Бориса Брука

Александра Кимельмана

***Дизайн обложки:*** Борис Яньков

Коннект-Сервис

Ставрополь 2011

Это первая книга на русском языке, которая не только объясняет, что

такое ау-тизм, но и дает рекомендации как улучшить состояние детей с таким диагнозом.

В книге подробно рассказано об американских методиках биокоррекции, кото-рые применяла автор и которые дали ей возможность восстановить ребенка. Ребенок сейчас учится в нормальной школе.

Но автор обобщает тут не только свой опыт, но и опыт других родителей, которые успешно борются за здоровье своих детей по тем же методикам.

Еще вчера никто не знал про диагноз аутизм, а сегодня западные врачи объеди-няют в аутичный спектр всех, кто получил диагнозы РДА, СДВГ, ЗПРР, ЗРР и различ-ные ал алии.

Эта книга написана для всех, кто хочет также понять суть проблемы и защитить своего будущего ребенка.

Книга написана на простом, доступном языке, и тут вы найдете и живой рассказ, и практические рекомендации.

*Эту книгу я посвящаю моему мужу Александру, без которого она никогда не была бы задумана и написана.*

Тамара Кимельман

## Введение

### **Кому адресована эта книга**

Я долго думала, как мне начать мою книгу, каким сделать всту-пление, ведь проблема аутизма волнует небольшое количество ро-дителей, дети которых получили этот еще редкий диагноз. Но на са-мом деле вопрос сегодня так актуален, что я адресую мою книгу ко всем будущим родителям, ибо проблему аутизма легче предот-вратить, чем с ней бороться, хотя я теперь знаю, что и это не приго-вор, ибо аутизм – излечим!

Я - бабушка девочки, которой в 2 года и 9 месяцев поставили диагноз тяжелый аутизм с небольшой умственной отсталостью. Вся моя жизнь была перевернута этим диагнозом, настолько страшным и безнадежным представлялось будущее.

Шок, боль, попытка понять, почему и за что это выпало на нашу долю, погнали меня на поиски информации. А во всех официаь-ных источниках стоит: «Аутизм неизлечим!», и нет ни слова о том, что более 40 лет врачи-энтузиасты вместе с родителями ведут раз-работки по биокоррекции аутизма. Их не признает официальная медицина, но есть много случаев, когда родители, пойдя по этому пути, не только улучшили состояние своих детей, но даже излечи-ли их. Я, как тысячи других родителей, поверила в эти способы ле-чения и начала борьбу.

Вот этот мой опыт и опыт других родителей, что борются за здоровье своих детей, я обобщаю в моей книге. Я хочу, чтобы все, кто хочет помочь своим детям избавиться от недуга, или хочет понять суть проблемы и защитить своего будущего ребенка, могли воспользоваться моей книгой и найти тут и живой рассказ, и практические рекомендации.

Эта книга — итог моих четырехлетних поисков, удач и провалов. Но я вижу свет в конце туннеля, и девочка уверенно входит в нормальную жизнь и учится в нулевом классе нормальной школы.

Я счастлива и чувствую необходимость поделиться моим опытом, ибо книг об аутизме на русском языке много, а вот книги, как от аутизма излечиться или улучшить ситуацию даже в самых тяжелых случаях — такой книги нет!

## Часть I. Понятие аутизм

### Что же такое диагноз аутизм?

В семидесятые, когда родилась моя дочь, о диагнозе аутизм было мало что известно, но ситуация за эти 40 лет изменилась, и такой диагноз стал довольно распространенным, хотя не менее страшным и загадочным. Психиатры и неврологи, пытаясь группировать симптомы заболевания, наплодили столько диагнозов, что сегодня им и самим не разобраться в них. Сейчас на Западе пытаются систематизировать накопленные знания, потому что симптомы аутизма могут очень сильно варьироваться у разных людей. Человек, имевший в раннем детстве все черты классического аутизма, может во взрослом возрасте иметь только Аспергер синдром (легкая степень аутизма), или вообще просто казаться немного странным. Но такой пример исключение из правил. К сожалению, чаще развитие идет в другую сторону, и ребенок регрессирует после трех-четырех лет или во время полового созревания, и большинство больных становятся тяжелыми инвалидами на всю жизнь, хотя в детстве их состояние, казалось, было не таким уж и страшным.

Современные психиатры стараются ограничить круг пациентов, к которым они применяют диагноз аутизм, потому что исторически

сложилось представление об аутизме как о редком психиатрическом заболевании, симптоматика которого была ярко выражена: больной не контактен, не говорит, или говорит, но не коммуницирует.

Сейчас появилось так много отклонений от нормы развития, что их стали группировать в самостоятельные диагнозы и как-то упустили из виду, что корень проблемы — один, и причина отклонений от нормы лежит в аутичном состоянии.

Даже сами диагнозы сейчас звучат по-разному: это может быть и РДА (ранний детский аутизм), и ЗППР (задержка психоречевого развития), и СДВГ (синдром дефицита внимания и гиперактивности), Аспергер синдром, аутичный спектр, атипичный аутизм и еще десятки диагнозов. Но все эти диагнозы, по сути, отражают разную степень аутичности у детей и только запутывают и без того сложный узел проблем так, что ни сами психиатры, ни родители, ни сами больные, став взрослыми, не могут найти достоверной информации о поставленном диагнозе. Не могут найти и помощи среди средств, которые уже есть и работают успешно для десятков тысяч других больных аутичного спектра.

Психиатры всего мира не обращают никакого внимания на состояние физического здоровья своих пациентов, относя аутизм только к психиатрическим заболеваниям, в то время как западные врачи альтернативной медицины давно объединили все эти «разноцветья» в общую проблему — аутизм.

Альтернативная медицина — это не целители, не знахари, а врачи! Для лечения они используют способы диагностики и методы, которые по тем или иным причинам не получили признания у врачей традиционной медицины. Основной причиной этого обычно является отсутствие четких правил, большая доля субъективности в выборе и применении методов и плохая воспроизводимость результатов в руках разных специалистов и вследствие этого сложности в проведении объективных испытаний их эффективности и широкого внедрения в клиническую практику. Философский подход альтернативной медицины ничуть не противоречит

постулатам общепринятых канонов, а только дополняет их. Ведь цель любого лечения - восстановить энергетический баланс организма, привести к гармонии все его компоненты, дать возможность бороться с заболеваниями и приумножать собственные силы после выздоровления. Итак, поскольку состояние всех аутичных больных резко отличается от состояний при умственной отсталости или физической недостаточности и большинство больных аутизмом не страдают ни тем, ни другим, то врачи альтернативной медицины обнаружили, что это обусловлено не столько состоянием мозга, сколько состоянием иммунной системы и болезнями ЖКТ. Они начали изучать эти причины глубже и сделали вывод, что состояние мозга таких больных обусловлено хроническим недостатком питательных веществ и отравлением токсинами. А поскольку степень такого недостатка или отравления всегда индивидуальна, то и разброс симптомов чрезвычайно широк, и вы не встретите двух больных в аутичном спектре с абсолютно идентичными проблемами, и проявления болезни получаются разные.

С другой стороны, причины, приведшие к такому заболеванию, могут быть схожи. Таким образом, мы будем говорить не о каждом диагнозе отдельно, а, как это делают альтернативные врачи на Западе, объединим их в одно — аутичный спектр, включающий как тяжелый аутизм, так и синдром Аспергера и все остальные отклонения в развитии, описанные как ЗППР, СДВГ, алалии и аутичные черты.

Итак, я предлагаю сначала подумать о том, что в этом случае традиционная медицина может предложить родителям и больным? Обычно это классический набор из ноотропов, психотропов и успокаивающих средств. Я практически не встречала тех, кому это помогло, а тем более восстановило здоровье больного.

Наоборот, все эти средства влияют на работу печени, почек и только усугубляют состояние многих больных.

За эти годы я изучила все, что касается аутизма. Я встретила массу людей, которые встали на альтернативный путь борьбы за восстановление

здоровья своих детей, и выбрала тот же путь.

Когда я увидела, как, несмотря на диагноз тяжелый аутизм, неуклонно восстанавливается здоровье моей внучки, я решила поделиться своим опытом. В последнее время очень многие стали обращаться ко мне за консультацией, и, зная о том, что подобный опыт в России бесценен, я решила обобщить его в моей книге.

Аутизм овеян неким ореолом фантастичности, ведь люди не выглядят умственно-неполноценными, а наоборот; зачастую высоко функционирующие аутисты поражают своими удивительными способностями. Да и в средствах массовой информации (СМИ), кинофильмах аутист представлен как человек с фантастическими супервозможностями, за которым гоняются все силовые структуры государства, чтобы использовать эти супервозможности или уничтожить его. В действительности все совершенно не так, жизнь аутиста полна бесконечных трудностей, о которых здоровый человек даже не догадывается.

При аутичном состоянии даже в легкой форме человеку очень сложно жить, ибо он вырван из общества и обречен на страдания. Мир такого человека хаотичен, разорван. Человек не может сделать простейший выбор, так как он захвачен мелкими деталями и не видит общую линию поведения людей, алгоритма происходящих вокруг него процессов, в которых мы, здоровые, не задумываясь, участвуем каждый день. Часто он становится в тупик в лабиринте межличностных отношений и скатывается к антидепрессантам, пьянству или наркотикам. Те, кто не достиг уровня высокой функциональности, чей образ мы не встречаем в СМИ, живут в длинной цепи страданий, прекратить которую может только смерть.

В самом худшем положении оказываются те аутисты, кто не в состоянии контактировать с внешним миром и не способен хоть как-то дать знать о своих проблемах. Часто они наносят себе увечья, чтобы внешняя боль дала им возможность забыться, заглушить то, что



мучает их каждую секунду. Они повторяют одни и те же движения часами, раскачиваясь, крутя или теребя предметы — психиатры называют это самостимуляцией. С помощью самостимуляции они погружаются в легкий транс, который дает им возможность уйти от действительности. Иногда из-за боязни сменить положение аутисты не могут даже ходить.

Все, что окружает аутиста: звуки, свет, разная структура ткани, может вызвать у него совершенно непредсказуемую реакцию из-за того, что чувствительность органов осязания у него настолько велика, что здоровому человеку даже трудно вообразить. Такая чувствительность получила название высокой сенситивности. Мы говорим об отсутствии или ограниченности у аутистов вербальной коммуникации, так как они не могут пользоваться речью. Их судьба неизвестна обществу и кроме небольшого количества людей никто о них не вспоминает. Вот такое лицо имеет аутизм в действительности.

Вы спросите, а зачем вам все это, аутизм далек от вас и вы все здоровы и ваши предки были здоровы. Позвольте мне привести некоторые цифры, а также сообщить, что в ноябре 2008 года Генеральная ассамблея ООН объявила 2 апреля Всемирным днем распространения информации об аутизме. Подчеркну — всемирным. Значит, эта проблема приобретает глобальный масштаб.

Итак, цифры 2007 года говорят, что в Америке это заболевание встречается у одного из ста пятидесяти родившихся детей и одного из девяноста четырех рожденных мальчиков. Если рассматривать Европу, то маленькая Швеция, например, представляет свои цифры хитрее: шесть аутистов на тысячу рождений. Зная основы пропорций, можно подсчитать, что это девять десятых ребенка на сто пятьдесят! Как видите — цифры, приводимые шведскими специалистами, практически не отличаются от тех, которые представляют их американские коллеги! А если еще при этом знать, что приводимые шведами цифры, по их признанию, не отличаются от цифр других

европейских стран, то становится не по себе.

Как и когда это явление стало так распространено? Первые описания аутизма как отдельной проблемы появилась в 40-е годы, а тенденция к увеличению количества заболеваний была отмечена в 60-е годы в Америке. Вот тут и напрашивается вопрос о причине этого увеличения.

Об этом я расскажу в своей книге так, как я теперь это понимаю, как объясняют это врачи и исследователи, не побоявшиеся взглянуть правде в глаза.

Количество заболеваний детей аутизмом в России в настоящее время такое же, как и во всем мире, ибо Россия за последние десятилетия получила доступ ко многим новшествам Запада, в частности - к новым поливакцинам, и случаи заболевания детей аутизмом приш-ли в баланс с мировой статистикой. Поэтому я обращаюсь к вам, бу-дущие родители, – прочтите мою книгу, чтобы вы знали о том, что такая проблема существует и что есть способы ее предотвратить.

Для тех, кого постигло это горе, моя книга может стать путе-водной нитью если не к излечению, то к значительному улучшению состояния вашего ребенка или родственника.

Анализируя собственный путь по восстановлению здоровья ребенка, сравнивая результаты своих трудов с теми, кто не делал ничего, я поняла, что все улучшения не были получены случайно в результате взросления ребенка, или какого-то чуда. Это было ре-зультатом действия биокоррекции аутизма, ведь таких же успехов добились и те, кто пошел с нами по этому пути.

Аутизм и все его проявления можно корректировать! Прочтите нашу историю, и может быть, вы найдете в себе силы вырвать ва-шего ребенка из этой бездны, как это сделали мы, или сумеете пре-дотвратить страшное несчастье, от которого не застрахован никто.

## Наша предыстория

В начале 90-х годов наша семья из Эстонии переехала в Швецию. Моей дочери было тогда 15 лет и мы, конечно, надеялись только на хорошее будущее.

Жизнь в другой стране накладывает определенный отпечаток и как-то невольно ограничивает в информации. Во-первых, жизнь чужого общества, прямо скажем, неинтересна, во-вторых, вычленишь важное в потоке странных для уха имен и названий тоже проблема. Вроде бы информация есть, но как-то далеко и ей не придаешь никакого значения. Вот так получилось и у меня.

Как-то моя дочь рассказала мне такую историю: в одной шведской семье здоровому, правильно развивающемуся малышу в положенные сроки сделали прививку «корь-краснуха-паротит» (ККП). После прививки малыш заболел, болезнь протекала тяжело, долго, с чудовищной температурой. После выздоровления ребенок стал апатичен, постепенно потерял речь, а через несколько месяцев он совершенно перестал контактировать с внешним миром и получил диагноз аутизм. Мама малыша подала в суд на производителей прививки, так как считала, что это по их вине произошло несчастье. Однако процесс она проиграла.

Я помню, как я без тени сомнения сказала, что это неправомечно, и от прививки такое случиться, конечно, не может. Скорее всего, ребенок мог быть предрасположен к такому развитию событий и аутизм в этом случае не следствие прививки, а исключение, и, возможно, были нарушены правила вакцинации. Такое вот роковое стечение обстоятельств.

Вера в непогрешимость и прогресс медицины были так сильны, что я не сомневалась в том, что говорила. Вот так безрассудно отмела я важную информацию, которую надо было не только запомнить, но и изучить более подробно. Но тогда мне было не до этого, а к тому

времени, как моя собственная дочь вышла замуж и готови-лась стать мамой, все это было благополучно забыто.

Беременность протекала тяжело, трудно, мучила симфизиопатия. Моя дочь никогда не отличалась богатырским здоровьем, однако доносила ребенка до 36 недель. Ребенок не перевернулся и пришлось делать кесарево сечение.

На свет появилась замечательная девочка, ее назвали Аурель. Родилась она со среднестатистическими показаниями – весом 3050 г, ростом 52 см. Весь первый год мы были практически не-разлучны, поэтому росла и развивалась девочка на наших глазах. Основной неприятностью первого периода ее жизни был сильный рефлюкс (срыгивание). С двухмесячного возраста девочке были вынуждены ввести прикорм, и тут же появилась ярко выраженная аллергия на лактозу. Как только она поела смесь, то все ее тело по-крылось огромными, припухлыми, красными пятнами, и ребенок стал хватать ртом воздух. Все обошлось благополучно, и девочку сразу перевели на безлактозные смеси.

В остальном проблем не было – ребенок рос и развивался. Девочка замечала подвешенные над кроваткой игрушки, тянулась за ними, «гулила». Она обожала общество, контактировала глазами, улыбалась, словом, общение происходило в двустороннем режиме.

Надо заметить, что моя дочь не получала никаких прививок в раннем детстве по причине слабого здоровья – и моя свекровь (врач-терапевт) лично проследила, чтобы вакцинация не проводи-лась до четырехлетнего возраста. Моя дочь страдала энзимопатией, что послужило медицинским отводом от прививок. Однако, когда родилась Аурель, нам и в голову не пришло, что аллергические реакции могут быть вызваны проблемами иммунной системы и это тоже может быть опасно при вакцинации. Мы просто не помышляли об этом.

Наша вера в немецкую медицину (наши дети обосновались в

Германии) была так сильна, что мы четко стали делать все необходимые прививки в положенные сроки.

В 4 месяца 20 дней девочке была сделана первая прививка, которая в Германии называется НЕХАУАС – шесть вакцин в одной прививке: дифтерия, столбняк, полиомиелит, коклюш, гепатит В и Haemophilus influenzae типа В. Аурель заболела, тяжело, с высокой температурой. После этой первой прививки появились серьезные проблемы с дефекацией (стулом). Боролись с этим мы микро-клизмами с ромашкой, и через некоторое время запоры исчезли, стул относительно наладился.

Как-то раз мы не видели внучку целый месяц, и при встрече нас поразило, что в возрасте шести месяцев девочка не играла в обычные для сверстников игры – ладушки, сороку-ворону. Она не реагировала на вопросы типа «А где мама?», не проявляла любопытства и не следила за рукой, когда ей показывали и называли предметы. Это теперь я понимаю, что уже тогда ухудшился, но не совсем пропал глазной контакт. А в тот момент мы все искренне верили, что наш ребенок самый прекрасный и очень умный. Моя дочь даже шутила: «Она прекрасно знает, где мама. Она же видит, что мама здесь и удивляется, почему вы спрашиваете. Она пытается за вами повторить вопрос, а что надо просто ткнуть пальцем – не понимает».

Но нет, не пытался наш ребенок ответить. Он просто не заморачивался и не следил ни за нами, ни за тем, куда мы ей показывали, и никого со словом «мама» не связывал.

Помню еще эпизод в этом же возрасте. Как-то к нам пришли гости, среди них были двое детей, шести и восьми лет. Я держала Аурель на руках, когда дети вошли в квартиру. Увидев их, Аурель испуганно зарыдала. Она их безумно испугалась, хотя в это время она не реагировала на незнакомых так бурно. Видимо, она все время видела вокруг себя только взрослых и появление детей стало для нее стрессом, с которым она не смогла справиться.

Поражали рассказы дочери о том, как Аурель учили ползать и ходить в манеже.

В возрасте пяти месяцев, лежа на животике, она упиралась ножками, тянулась головкой, но руки лежали неподвижно вдоль тела, и движения не получалось. Мама помогала ей, передвигала ручки, но ползать Аурель так и не стала.

А вот стоя в манеже, она, наоборот, переставляла ручки, а ножки оставались неподвижными. Аурель падала, повисая на руках. Когда ей стали помогать, переставлять ножки, девочка освоила движения за пару дней.

Став старше, Аурель не играла с игрушками, но брала в руки какие-либо предметы и подолгу их носила. Она производила впечатление очень спокойного и очень умного ребенка, но я чувствовала в ней какую-то странность, хотя никак не могла сформулировать — какую!

Таких прививок (шесть в одной) Аурель сделали четыре. Я не знала, что это были за прививки, какие. Однако каждая из них, видимо, вносила свою лепту. Я не вспомню в деталях, что и как ухудшалось с каждой сделанной прививкой, но четко знаю, что в сентябре 2005 года, когда Аурель был 1 год и 8 месяцев, была сделана последняя из этих четырех прививок. И к этому времени уже имелись и развивались пугающие странности. Так, появилась сверхчувствительность, и ребенок стал реагировать на консистенцию пищи и на прикосновения к губам. Было время, когда моя дочь с ужасом говорила, что Аурель ест только руками и только все резаное на кусочки. Ничего протертого или на ложке дать было нельзя. Аурель просто не брала ложку в рот. Появилась аллергия на яблоки, бананы, сыр. Запоры продолжались.

Появилась повышенная чувствительность к звукам: работа пылесоса вызывала истерику. Речь не развивалась. Были отдельные слова, и в один из моих приездов она четко выучила «баба». Потом я уехала домой и Аурель забыла это слово. Появлялись другие слова, и нам казалось, что девочка вот-вот заговорит, но слова исчезали.

В ноябре 2005 года произошла история, приведшая меня в замешательство. Мы собирались на прогулку. Аурель кричала «гулять», но при виде одежды для прогулки, которую я принесла, чтобы одеть ее, она ничуть не обрадовалась. Она не слушала меня, хоть я улыбалась и твердила как попугай: «Гулять, сейчас пойдём гулять, оденемся и пойдём.» Сам процесс одевания привел ее в расстройство, она продолжала кричать «гулять» и даже расплакалась. Я одевала ее и не могла понять, что это, почему она плачет, ведь она хочет гулять и это одежда для улицы перед нею, и главное – почему ее так трудно одевать?! Только спустя годы, уже имея на руках диагноз аутизм, я поняла, что она не понимала связи, что сначала надо надеть уличную одежду, а потом идти на улицу! Она вообще не понимала этих переодеваний, и они каждый раз были для нее стрессами. Когда она хотела выходить, ложиться спать или купаться, промежуточные этапы в виде переодеваний ее раздражали. Она не видела причинно-следственной связи и никогда не сотрудничала, как другие дети, подставляя руки или ноги для переодевания.

На этот же период приходится многочасовые прыжки на кровати перед зеркалом и долгие, как бы самоизучающие стояния перед ним, листание книг и просмотр мультфильмов по видео. Последнее началось с просмотра записей ансамбля «АББА» еще в четырехмесячном возрасте, позже на смену им пришли мультфильмы. Было непонятно, что Аурель понимает из того, что смотрит, но она всегда была так внимательна и спокойна, плакала очень редко, и все считали это позитивным и признаком большого ума.

Гуляла она в основном по одному и тому же маршруту. Могла долго стоять на одном месте, рассматривая кусты, перебирая листочки или ягодки. Научилась расцеплять и разбрасывать Лего, но никакими другими игрушками по-прежнему не интересовалась. Все эти мягкие мишки, зайчики и котята просто равнодушно

выбрасывались.

Аурель нравилось кататься на качели, и катание могло продолжаться сколь угодно долго. А вскоре прибавилось самое тяжелое - выходя на улицу, она бежала, куда глаза глядят, не разбирая дороги.

Надо сказать, что Аурель, начиная примерно с десятимесячного возраста, могла иногда произносить небольшие предложения, а потом снова замолкала. Собственно, эти редкие, но такие правильно сформулированные и уместные высказывания Аурель и позволяли нам считать, что беглая речь появится в любую секунду. Отдельные слова пока оставались, и моя дочь говорила мне: «Мой двоюродный брат молчал до трех лет, и у него не было трех языков, а у бедной Ау-рель русский, шведский и немецкий одновременно!»

Моя внучка казалась здоровым, спокойным ребенком и поэтому мы, несколько не сомневаясь, невзирая на аллергические реакции, продолжали делать все запланированные прививки. И никому даже в голову не пришло проявить осторожность, как в свое время произошло с моей дочерью, когда причиной медицинского отвода от прививок как раз и послужила ее энзимопатия. Итак, в 2 года и 4 месяца Аурель была привита ККП, реакцией на которую была опять высоченная температура. А через несколько месяцев у нее начинается заболевание ЖКТ с сильным поносом и температурой. Никто не связал это с прививкой. Уже потом я узнаю, что у многих детей происходит та же самая реакция. Это связано с тем, что вирус кори, с которым не справляется иммунная система, остается в тонком кишечнике и приводит ко многим расстройствам ЖКТ. Более того, вакцина никогда не была опробована на безопасность и скомбинирована просто «для удобства родителей и врачей», чтобы заменить три похода к врачу одним. Тогда я не знала этого, как не знала и того, что в 70-е годы с вводом этой прививки сотни тысяч, если не миллионы, детей получили разной степени побочные эффекты, охватывающие ЖКТ, иммунную



систему, сердечно-сосудистую систему, систему дыхания, но самым страшным из них считают аутизм. Хотя говорить, что именно ККП является причиной аутизма, я бы сейчас не стала. Все прививки вносили потихоньку свою лепту.

Итак, в июле 2006 года внучку привезли к нам. И я с ужасом увидела произошедшие перемены. Девочка больше не говорит никаких слов, прогулки с ней похожи на пытку, так как заставить ребенка свернуть туда, куда надо, просто невозможно – она бежит, не разбирая дороги, не обращая внимания ни на препятствия, ни на боль от ушибов, когда она падает. Домой ее надо просто нести на руках, а она выгибается, кричит и падает на землю. Режим дня сбит так, что существовать невозможно. Аурель просыпается где-то в 3-4 часа утра и не спит до 5-6. Большие сложности с едой: все – консистенция пищи, цвет, вкус и запах – имеет значение. Протест выражается истериками, никакие игрушки ее не интересуют, ребенок просто кричит и все время скачет по дивану. На свое имя реакции практически нет, она не поворачивается и не подходит к нам на зов, если все это вспомнить, то даже странно, что я не реагировала на все это и как зомби ждала, что она скоро перерастет и заговорит.

Как-то моя дочь мне сказала, что у Аурель бывают периоды, когда она вообще не ест, или ест только булку и воду. Я была очень обеспокоена. Мне все время было дискомфортно.

В 2 года и 7 месяцев девочка пошла в детский садик. Группа состояла из 22 детей и рядом была еще одна группа примерно с таким же количеством детей. Условия в садике были таковы, что дети свободно переходили из одной группы в другую. Однако некоторые дети находились в садике до полудня, а другие, и Аурель в их числе, до 16 часов. Родители Аурель договорились со знакомой, что она будет забирать девочку к себе, а после 18 часов папа будет заезжать за ней. Вот такая рисовалась идиллическая картина.

Однако жизнь внесла коррективы в эти планы. В первые дни в

детском саду Аурель не просто кричала, а визжала как резаная и не хотела оставаться. Через несколько дней она стала забираться в свою коляску прямо с утра, чтобы избежать контактов с детьми. Первая неделя была адом, хотя Аурель оставалась в саду только несколько часов. Кроме того, дома с Аурель разговаривали только по-русски и по-шведски, а в детском саду — на немецком языке. Палочкой-выручалочкой оказался для нас русский практикант Женя. Он разговаривал с Аурель по-русски, и она пошла с ним на контакт. Ребенок, который практически ни у кого, даже у близких, не сидел на руках, сам влез к нему на колени! Так она спасалась от назойливого внимания окружающих ее детей. Она была очень хорошенькой, и более старшие девочки хотели играть с ней как с куклой, а мальчики рвались покатать в коляске или побегать вместе. От детей, их тормошений, криков и беготни, от немецкого языка и пряталась она у практиканта Жени. Хотя Аурель уже к этому времени стойко молчала, но добавление немецкого языка было в ее положении слишком тяжело.

Вся история закончилась через две недели, когда Аурель заболела. Болела она тяжело. Мало того, болезнь оказалась так заразна, что в доме заболели все. В течение двух месяцев и Аурель, и ее родители лечились от множества болезней: от ОРЗ до бронхита, синусита и отита. Температура поднималась до 40, падала до 37.5 и снова поднималась. Антибиотики менялись с каждым новым витком болезни, и последним был Клацид — антибиотик, что стал потом путеводной нитью в избавлении Аурель от прививочной инфекции — гемофильной палочки, о чем я расскажу позже.

Все это время я мечтала о том, чтобы скорее забрать ребенка в Швецию. Наконец полоса болезней закончилась, и мы с мужем поспешили в Германию.

Мы были потрясены, увидев, в каком тяжелом состоянии находятся и родители, и ребенок. Поведение Аурель было странным,

и она производила впечатление раненого птенца; не ела, кричала каким-то гортанным криком, все разбрасывала и часто билась в истериках. Нервы родителей были на пределе, ведь одному нужно было работать, другому учиться. Я все понимала и единственное, чего я хотела, так это в спокойной обстановке попытаться понять, что с ребенком, Я считала, что происходит что-то ужасное: девочка скачет перед зеркалом часами, разбрасывает все вокруг, выбрасывает книги с полки, выворачивает постели так, что матрасы лежат на полу, не реагирует на обращение. Родители относили все на счет болезни и говорили, что ребенок выздоровеет, успокоится и подрастет, и все будет хорошо. Как человеку активному мне было жутко все это наблюдать и ждать, я хотела действия. Наш договор о том, что ребенок побудет у нас с бабушкой, был как нельзя кстати. Я была уверена, что смогу помочь девочке.

Поездка вышла тяжелой. На пароме Аурель вообще не могла находиться в спокойном состоянии. В каюте ее не удалось задержать даже на минуту. Она бежала и бежала, не разбирая дороги, а мы за ней, Она лезла на лестницы и неслась по длинным палубным коридорам, она карабкалась везде, куда могла долезть, и, когда она остановилась на переходе между палубами, прислонилась к стенке, я увидела, что она уснула. Это было жуткое зрелище. Ребенок спал стоя! Мы с мужем тихо подошли, он взял ее на руки и понес в каюту. Как только мы закрыли за собой дверь, девочка проснулась. Мгновение, и вот Аурель, как птица, пойманная в клетку, кричит и бьется. Я сказала, что хватит, и надо ее как-то успокоить, уложить спать, ведь было уже 10 часов вечера, но у меня не получалось это сделать. Я чувствовала себя бессильной и раздавленной: Ребенок кричал и кричал, а мы, два взрослых человека, ничего ж могли сделать. Мы предположили, что соска может помочь успокоить ребенка. Аурель в свои 2 года 9 месяцев уже давно забыла о соске, но мы решили немедленно дать ее. Муж отправился покупать соску. Аурель, увидев, что бабушка скрылся

за дверь, бросилась следом, но была отброшена на пол, когда с силой налетела на закрытую дверь. Я попыталась поднять ее с пола, но она так орала и билась в истерике и к тому же была уже довольно тяжела, что это было напрасно. Минут через двадцать вернулся муж, поднял Аурель и прижал к себе. Через считанные секунды крик смолк. Обескураженные, мы увидели, что девочка уснула.

Паром отплыл в 19.30, часы показывали 23 часа — это были три с половиной часа бешеной гонки, которые показались нам вечностью. Мы уложили Аурель на постель и боялись пошевелиться, усталые и опустошенные. Меня не покидало гнетущее чувство, что ребенок не просто активный, а что все это какая-то жуткая и страшная ситуация, из которой нет выхода. Я чувствовала себе пешкой в какой-то жестокой игре, правила которой мне неизвестны и все происходящее нереально. Я не понимала, как и что делать с этим ребенком. В голове стучала мысль: что мне делать, я не понимаю, что происходит, ведь ребенку почти три года и даже если отбросить три языка — папа по-шведски, мама по-русски, а садих по-немецки, этот бег и истерика — это то, чего я никогда не видела и не знала. Я винила родителей, которые уделяли ребенку мало внимания, и была уверена, что скоро, при правильном режиме дня и питания все наладится.

## Прозрение

По приезде, и правда, кое-что наладилось. Муж оставался дома с Аурель еще неделю. Она выздоровела, стала спокойнее, но ее контакт со мной, возникший за ту неделю, что я жила с ней в Германии, совершенно потерялся. Приходя с работы, я заставляла Аурель всегда за одним и тем же занятием: она прыгала по дивану под мультики. Ни на какие обращения Аурель не реагировала, но, правда, ничего не расшвыривала, и истерик стало много меньше. Ела она так же, прыгая по дивану. Дать еду другим способом было невозможно и мой муж

ходил вокруг с ложкой и кормил ее, а я боялась, что она подавится в любую минуту.

Через неделю Аурель пошла в частный детский садик, где было шестеро детей и Аурель стала седьмой. Но она плакала и не хотела оставаться в садике даже на несколько часов. Персонал садика состоял из двух воспитателей. Один ребенок был с проблемами и ходил в садик со своим ассистентом, так что на семерых детей было трое взрослых.

Шла вторая неделя пребывания Аурель у нас, и приближался момент, когда она должна была вернуться к родителям. Там ее поджидали сразу два стрессовых фактора: детский сад на немецком языке и чужая, незнакомая женщина в качестве няни после садика. Я уже отлично понимала, что ЭТОТ ребенок не сможет все это выдержать. Тогда, чтобы аргументировано вести разговор с родителями, я решила поискать в интернете информацию о гиперактивности, а также советы о том, что же делать в таких случаях. Гиперактивность — это было то, что лежало на поверхности. И я взялась за поиски, результаты которых меня обескуражили. Гиперактивность никак не рассматривалась у детей дошкольного возраста. Они должны были расти и развиваться в соответствии с нормой и проблемы у них начинались только в школе, где они не могли концентрироваться и спокойно сидеть и слушать учителя. Я задавала разные комбинации по поиску, пока не наткнулась на статью, где говорилось, что в большинстве случаев гиперактивность следует рассматривать как аутичный спектр. Я задала поиски по аутизму.

Полученная информация никак не объясняла гиперактивность, но говорила об отсутствии глазного контакта; нахождении в своем мире, как в скорлупе; самостимуляции; уклонении детей от тактильных контактов — и многое другое, что мне было трудно понять. Все это я никак не могла соотнести с Аурель. Наша Аурель любила объятия и мне казалось, что она как-то реагирует на нас, у нее не было стимулов (таких

постоянных навязчивых движений). С моей точки зрения, она не подходила под описание, приведенное в статье, или вернее, я не могла и не умела вычленивать из поведения Ау-рель те моменты, которые были описаны казенным, формальным языком. Аутизм был отброшен за необоснованностью, но найденная информация не давала покоя.

Через пару дней я решила еще произвести поиски по аутизму, но более детально. Каждая открывающаяся страница только дока-зывала, что это никак к нам не относится и вдруг... Я натыкаюсь на рассказ мамы о своем сыне с диагнозом аутизм, и в мозгу будто щелкает. Слово пелена спадает с глаз и становится больно от вне-запного осознания — это наш диагноз! Все складывается, как па-сьянс — нет глазного контакта, стереотипные движения, не знает свое имя, не заботится о своем окружении — моя внучка АУТИСТ

И вот тут я начинаю подробно и тщательно собирать информа-цию об аутизме на всех доступных мне языках — русском, шведском и английском.

Я читаю официальные сайты и родительские заметки, нахожу форумы и сообщения в газетах. Информация зловещая и не остав-ляет надежды. Будущее не то чтобы смутно, его просто нет!

Я вчитываюсь в каждую строчку, и каждая безжалостно пове-ствует, что аутизм — это одно из наиболее тяжелых расстройств де-ятельности мозга. Дается краткий экскурс в то, что может стать причиной аутизма, но тут все туман. Взять проблемы с генетикой: среди аутистов встречаются дети как с проблемами ДНК, так и без них. И при этом четко указывается, что дети с проблемами ДНК могут и не быть аутистами. Говорится много о сопутствующем сла-боумии и эпилепсии, однако тут же рассказывается о том, что боль-ные аутизмом могут и не страдать этими проблемами. Дается подробная симптоматика аутизма, а дальше очень мило заявляется, что вариаций так много, что каждый аутист уникален. Короче, чело-веку, далекому от проблемы, легче сойти с ума, чем понять и разо-браться во всем. Но самым странным

показалось мне примечание, что во многих случаях проблемы уменьшаются с обучением по особой, разработанной в Америке программе АВА (аббревиатура английского названия Applied Behavior Analysis – прикладной анализ поведения), и дети с высоким интеллектом даже могут потом окончить институт. Далее приводилась «ободряющая» цифра: один на тысячу диагностированных.

Мир рухнул для меня! Все мои надежды и счастливое ожидание того, как будет расти и развиваться эта кроха, разбились. У Аурель нет будущего, а значит, его нет и у нас. Практически гарантированный при аутизме регресс отнимет ее у нас и ее существование просто перейдет в другое измерение.

Я даже не плакала, я просто застыла в оцепенении. Засыпая, я думала о несправедливости судьбы вообще и о том, что самое худшее достается тем, кто этого, скорее всего, ничем не заслужил.

Утром я понуро брела на работу. Что-то делать было просто невозможно, опустошенность и усталость. Так прошло несколько дней, но вдруг меня пронзила мысль, но ведь я же читала, что есть возможность этим детям как-то помочь, а что же там было написано конкретно? На шведском сайте давалась информация о какой-то безглютеновой и безказеиновой диете, но тут же говорилось, что это не научно, что-то о введении каких-то пищевых добавок и какие-то странные заметки о баротерапии. Все это меня тогда не заинтересовало, тем более что в каждом случае было замечено, что нет никаких научных доказательств эффективности данных методик, но некоторые родители заявляют, что им эти методики помогли. Итак, поиски зашли в тупик, четких свидетельств не было, но согласиться с таким безнадежным положением вещей я не могла. Моя единственная внучка, моя красавица, не могла оставаться в таком состоянии. У нее должно было быть будущее. Значит, то, что не научно – это наш единственный шанс на спасение!

Англоязычный интернет просто кишел информацией об

альтернативном подходе к проблеме, и у меня появилась уверенность: вот это надо делать. Терять нечего и надо пробовать то, что не научно и ничего не обещает, но ведь есть какой-то частный институт в США, который это все разработал! Я отношусь к людям, которые не могут смиренно принять судьбу и сидеть сложа руки. А раз так - значит, надо пробовать делать то, что они там в институте разработали и советуют, и начинать надо с диеты – надо изменить систему питания.

Если дело в ней, в каких-то глютене и казеине, которые надо исключить из питания ребенка, то это просто! Сейчас введем диету, и через 3-4 месяца забудем о проблеме!

Я начала читать материалы института и все стало складываться в простую, стройную картину: у аутичных детей нарушается способность нормально усваивать глютен и казеин. Глютен – это протеин, содержащийся в пшенице, ржи, ячмене и овсе, известный также как клейковина. Казеин – протеин молока, не путайте с лактозой - молочным сахаром. Это нарушение состоит в том, что желудочно-кишечный тракт (ЖКТ) таких детей не до конца расщепляет эти протеины и в результате появляется остаток, который называется глиадоморфин и казоморфин. Как подсказывает слово морфин, эти недопереваренные остатки имеют структуру, сходную с морфием, и служат опиатом для организма. Человек с диагнозом аутизм находится словно под действием этих опиатов, что еще более затрудняет коммуникацию с ним. Конечно, первый шаг в таком деле – это лишить такого «наркомана поневоле» его наркотика. Но если бы все упиралось только в это, то все было бы просто и мы не знали бы сегодня проблем. Проблема гораздо шире, потому что нарушения функции ЖКТ на самом деле не причина, а следствие более серьезной проблемы, и не одной. Все это было сложно для осознания, но начинать надо именно с этого, с ввода диеты. Это означает, что из рациона ребенка выводятся все молочные продукты и хлебобулочные изделия, а также все продукты, где находятся даже крупички пшеницы



или молока. И параллельно с этим надо начинать лечение кишечника, так как все эти глютенно-казеиновые нарушения — следствие неправильной выработки ферментов, что в свою очередь и приводит к воспалению в ЖКТ. Слизистая в кишечнике изъязвляется, гипертрофируется, и пищеварительный процесс идет абсолютно не так, как у здоровых людей. Расщепление пищи идет неправильно, всасываемость затрудняется, появляются проблемы со стулом — возникают запоры или поносы, часто наблюдается стул со зловонным запахом или неперевавленными остатками пищи.

Я с головой погрузилась в изучение всех этих проблем. Я днями и ночами читала материалы на всех трех языках. Через интернет я выписала книги американских врачей, успешно лечивших аутизм, изучала все сайты, на которых хоть как-то обсуждали диеты и лечения, и внедряла практически все, что удавалось найти. Не все шло гладко и мне хотелось поделиться своими находками и узнать, что делают другие. Вот тогда-то я и пришла к идее создания своего сайта, на котором будет вся информация о диетах, биокоррекции, АВА и всех методах восстановления детей, которые практически по крупицам восстанавливались из небытия, называемого аутизмом.

Созданный мною сайт я назвала «Аутизм. Помощь родителям».

На этом сайте я и сама научилась многому, начав свободную дискуссию с родителями, восстановившими своих детей. Я достигла отличных результатов в развитии Аурель, которая теперь учится в подготовительном классе нормальной школы и имеет подружек и с удовольствием общается со своими сверстниками.

За эти годы на сайте сложилась инициативная группа, которая помогает советами начинающим родителям. И хотя опыт этот индивидуален для каждого аутичного ребенка, четко просматриваются одинаковые для всех детей направления, по которым надо работать.

В англоязычном интернете таких форумов десятки, а в русском

сейчас только наш форум, который не только дает информацию об аутизме, но и имеет вводную интерактивную программу помощи родителям в освоении азов коррекции аутизма. Это очень важно, что опытом делятся родители, которые сами восстановили своих детей, используя методику биокоррекции. Понятие восстановления можно трактовать очень широко, но я вкладываю в это понятие только полное восстановление, при котором дети обучаются в обычных школах.

Улучшение может быть временным, может обуславливаться взрослением ребенка и происходить не благодаря, а вопреки деятельности врачей или родителей, а вот восстановление Ц это процесс необратимый, когда ребенок становится таким же нормальным, как другие дети, в интеллектуальном и социальном плане.

Вся информация форума бесплатна и хорошо структурирована, а теперь еще есть книга, которая поможет и поддержит во многих ситуациях.

## **Что такое мир аутизма?**

Для начала вам надо понять, что заболевание аутизм определить анализами, рентгеном или каким либо другим хитрым исследованием невозможно. Это комплекс проблем в поведении взрослого или ребенка, который позволяет с уверенностью сказать, что человек страдает этим заболеванием, если большинство из характерных аутичных черт присутствует у данного индивида.

Если вам говорят, что только специалист может поставить такой диагноз на основании многочисленных исследований, то не верьте этому. Я сама и большинство мам на моем сайте самостоятельно поставили своим детям этот диагноз, когда, устав ходить по кабинетам различных специалистов и приставать к ним с вопросом: что неправильно в моем ребенке, начинали искать ответы на свои вопросы и находили информацию об аутизме.

Внимательно прочитав материалы, мамы делали заключение, что их дети страдают этим заболеванием. Тогда, вооружившись новыми знаниями, мамы отправлялись уже не к участковым педиатрам или неврологам, а сразу к психиатру и тут же слышали: конечно, аутизм, а где вы были раньше? Родительское сердце и интуиция практически не обманывают. Хотя специалисты практически всегда на начальном этапе, когда ребенку полтора – два года, безапелляционно заявляют, что мамы придумывают проблемы, что ребенок очень маленький и все дети развиваются по-разному, а следовательно, нет никакой причины для беспокойства. Когда же ребенок пересекает рубеж трех, четырех лет, то вдруг оказывается, что у него аутизм или какой другой диагноз из аутичного спектра. Самое страшное в этом то, что время для быстрого восстановления ребенка уже упущено и дальше родителям придется долго и упорно бороться, чтобы вытащить его из бездны. «Золотым временем» для полного восстановления ребенка считается его возраст между восемнадцатью месяцами и пятью годами. Хотя даже взрослые люди, применившие правильную систему питания и биокоррекцию (коррекцию, использующую натуральные средства – витамины, минералы, аминокислоты), получали порой замечательные результаты.

Мамы детей в возрасте от 10 месяцев до полутора лет, не поверившие успокоительным заверениям эскулапов, сами отыскивали в интернете необходимую информацию, начинали восстановительную программу и добивались результатов за два года. Их дети приходили в школу уже совершенно нормальными, по поведению которых было невозможно сказать о каких-либо диагнозах. Как раз на нашем сайте тоже есть мама с такой девочкой.

Когда я встречала таких умных и настойчивых мам, то всегда белой завистью завидовала их бесстрашию, упорству и их результату. Да, чтобы посмотреть правде в глаза и сказать, что твой ребенок не нормален, когда он еще совсем кроха, надо иметь большое мужество,

проявлять постоянное внимание к своему ребенку, большую любовь и самопожертвование. Для многих гораздо легче закрыть глаза и переложить ответственность со своих плеч на другие – вот врач сказал «все в порядке», вот подружка сказала «да ты что, все дети сейчас такие». Но есть еще большая группа, которая не замечает проблему вообще до того момента, пока их не отловят врачи и прямым текстом не скажут: «Ваш ребенок болен, он аутист». Тогда они хватаются за голову: ой, что теперь делать! Но для меня страшнее всего та группа родителей, которая, получив диагноз и вердикт врачей, даже не пытается поискать какую-либо информацию об альтернативном лечении. И когда через несколько лет они встречают детей, которые практически восстановлены с помощью альтернативного лечения, они всегда уверенно заявляют: «В вашем случае врачи ошиблись с диагнозом!»

Иногда я думаю, что это происходит от того, что они просто совершенно не понимают, в каком же состоянии находится аутист и каким ужасным предстает перед ним наш мир. Так что давайте попытаемся понять, каков же мир аутиста.

Аутизм имеет долгое прошлое, но короткую историю и начинается с легенд и сказок о детях, оставляемых эльфами взамен похищенных. Эти дети ничем не отличались от нормальных, но они не умели говорить и любить.

В реальной истории уже в XVII веке появляются медицинские тексты, содержащие описания людей, которые, вероятно, страдали аутизмом (хотя сам термин еще не употреблялся) – они не разговаривали, были чрезмерно замкнуты и обладали необычайно хорошей памятью. Но это было настолько редкое нарушение, что как самостоятельное оно не было описано и практически всегда приписывалось какому-то злому умыслу или эксперименту над людьми и воспринималось как страшное и загадочное происшествие.

Самая известная дошедшая до нас история – это история про

дикого мальчика из Аверона, которого нашли в 1799 году. Он ходил на четвереньках, не ел как цивилизованный человек и не мог говорить. В 1800 году он был доставлен в Париж и доктор Жан-Марк Итар исследовал его и написал книгу о нем и его способности к обучению, и даже дал экскурс о детях с асоциальным поведением и трудностями развития речи. (Перевод работы Итара «Дикий мальчик из Аверона» с французского на английский осуществлен Х. Лейн, 1977).

Но первое описание аутизма как болезненного состояния мозга было дано австрийским детским психиатром Лео Каннером в статье «Аутистические нарушения аффективного контакта», опубликованной в 1943 году. Лео Каннер описал общие характеристики одиннадцати детей, которых он наблюдал с 1938 по 1943 годы. Всех детей объединяли схожие черты, основными из которых были: чрезмерная самоизоляция, замкнутость, уход от каких-либо контактов с людьми, нарушения речевого развития и потребность в многократном повторении одних и тех же однообразных действий и рутин, причем начало проявления этих особенностей отмечалось уже на первом году жизни ребенка. Каннер пришел к заключению, что у этих детей, «состояние которых разительно отличалось от состояний, описанных ранее», было психиатрическое нарушение, которое он определил как синдром аутизма и назвал ранний детский аутизм (РДА). Каннер был первым, кто выделил таких детей в особую группу. Он настаивал, что эти дети должны рассматриваться как дети с уникальной аномалией развития.

Исходя из этого Каннер выделил симптомы, характерные для классического аутизма:

— **Неспособность вступать в контакт с другими людьми.**

Это означает, что аутичный ребенок испытывает трудности в общении с другими людьми и проявляет больший интерес к неодушевленным предметам, чем к людям.

— **Задержка речевого развития.**

Некоторые аутичные дети так и не начинают говорить, у других же наблюдается задержка речевого развития до неопределенного периода.

– **Некоммуникативная речь.**

Несмотря на то, что аутичный ребенок может обладать речью, он испытывает трудности при использовании ее для значимой коммуникации.

– **Отставленная эхолалия.**

Повторение услышанных слов или фраз через какой-то период времени. Перестановка личных местоимений. Ребенок вместо «я» употребляет «ты». Например, мать спрашивает: «Ты хочешь конфету?» Ребенок через некоторое время отвечает: «Ты хочешь конфету».

– **Повторяющаяся и стереотипная игра.**

Обычно игры аутичных детей характеризуются ограниченностью. Они повторяют одни и те же действия и воображение в игре отсутствует.

– **Стремление к однообразию.**

Настойчивое стремление к сохранению привычного постоянно в окружающей обстановке и повседневной жизни.

– **Хорошая механическая память.**

Многие аутичные дети проявляют прекрасную память (хотя зачастую она очень избирательна). Именно эта черта убедила Каннера в том, что все аутичные дети обладают нормальным интеллектом, что сравнительно недавно было подвергнуто сомнению, поскольку есть дети и со значительным отставанием в развитии.

– **Начало проявления болезни с рождения или до 30 месяцев.**

Сейчас классификация симптомов варьируется в разных странах по-разному и в Швеции, например, берут за основу тринадцать признаков. К слову сказать, у Аурель были видны десять из них в возрасте 2 лет и 9 месяцев.

Независимо от исследований Каннера в 1944 году другой

австрийский психиатр Пшс Аспергер описал состояние аномального поведения группы подростков, проявляющееся в нарушении социального общения и коммуникации, которое он назвал аутистическая психопатия (Азрсгвег, 1944; перевод на английский в 1991).

Это не удивительно, что обе эти работы выходят в Австрии, поскольку в это время под влиянием Фрейда, отца психоанализа из Австрии, все сколько-нибудь значительные работы по психиатрии и психоанализу проводились именно там. Поскольку обе работы были написаны на немецком языке и вышли во время второй мировой войны, то прошли они незамеченными» Но по сути дела и Каннер, VI Аспергер описывали одно и то же состояние. Оба психиатра выделяли аутизм из группы умственно отсталых или людей с серьезными нарушениями нервной системы и применяли его по отношению к детям с ненарушенным интеллектом.

После войны Каннер эмигрирует в США и успешно продолжает там свою работу.

Неудивительно, что именно в США в 1981 году всплывает работа психиатра Лорны Винг, где она упоминает симптомы психического расстройства, описанного Гансом Аспергером, как синдром Аспергера.

Более того, в 1994 году синдром Аспергера выделяется как проявление аутизма у персон с высокоразвитым интеллектом и говорится о нем как о самостоятельном заболевании. Это практически свело на нет понимание того, что это просто более мягкое проявление того же аутизма, поскольку во многих случаях отклонения от нормы столь незначительны, что диагноз очень сложно поставить в детстве.

И, чтобы закончить рассуждения о синдроме Аспергера, добавлю, что практически то же самое произошло со всеми другими диагнозами – СДВГ, ЗППР, ЗРР, которые сегодня не относятся к аутичному спектру, но зачастую в старшем возрасте могут «переходить» в Аспергер синдром или атипичный аутизм.

В 1959 году известный американский психолог Бруно Беттель-хейм

опубликовал статью «Джо — механический мальчик», в которой он описал ребенка аутиста, под странным, замкнутым поведением которого скрывался очень одаренный, умный мальчик. В этой работе красной нитью проходила мысль о том, что именно отношение родителей к ребенку явилось причиной появления у него аутизма.

Далее в своей книге «Пустая башня: Детский аутизм и рождение собственной личности» (1967) Бетгельхейм пишет, что матери обращались со своими детьми аутистами так же плохо, как нацисты обращались с заключенными в концентрационных лагерях, вызывая таким образом у детей чувство безнадежности, отчаяния и апатии, которые в свою очередь заставляли их уклоняться от контакта с реальной действительностью (это термины психиатров, которые говорят о разной действительности — реальной и выдуманной пациентом, для которых она тоже действительность, но не реальная). С его «благословения» во всем мире для лечения аутизма начинают изолировать аутичных детей от их семей в специнтернатах и проводить с ними интенсивную психотерапию для вывода их из отрешенного состояния. Рождается теория «холодных матерей» как причины аутизма.

Теория Бетгельхейма, обвиняющая родителей в возникновении аутизма у детей, была достаточно популярной до середины 1970-х годов, пока новые исследования в этой области убедительно не показали всю абсурдность и вред этого подхода. Это новое веяние пришло от американского психолога Бернарда Римланда. Римланд окончил университет в Сан-Диего, а затем получил диплом доктора философии в 1953 году в Пенсильванском университете. А в 1956 году у него рождается сын, который получает диагноз ранний аутизм Каннера.

С этого момента жизнь Римланда, как и многих других родителей аутичных детей, приобретает иной смысл и направленность. Бернард не смиряется с диагнозом и выводами о безнадежности положения его сына. Начав исследование проблемы, он увидел, что она практически



не изучена и начал изучение всего, что можно было найти об этом состоянии у людей. Он обратился ко всем родителям и родственникам аутистов с просьбой прислать ему информацию о поведении, болезнях и обо всем, что они могли заметить у них. Он сравнивал эти состояния с состояниями своего сына и заметил, что общими являются не только проблемы психиатрического свойства. Он пришел к выводу, что исследовать нужно биохимию, генетику и нейрофизиологию аутичных больных.

Римланд сумел помочь своему сыну: несмотря на диагноз ранний детский аутизм, его сын Марк стал талантливым художником и самостоятельно функционирующим в обществе человеком.

В 1964 году Римланд публикует книгу «Детский аутизм: Синдром и его значение для неврологической теории поведения». Эта книга имела предисловие, написанное самим Лео Каннером, описавшим диагностику и развитие детей с ранним аутизмом. Она была отмечена наградой «За выдающийся вклад в психологию». Многие критики восторженно отзывались об этой работе, которая заставила посмотреть на аутизм с иной точки зрения.

В своей книге Римланд обрушился на тех «профессионалов», которые видели причину аутизма в «холодных родителях». Он четко обосновал свою точку зрения на аутизм как на органическое нарушение мозга.

В ноябре 1965 года Бернанд Римланд основал Национальное Общество для Аутичных Детей – (сейчас – Американское Общество по Аутизму–АОА), в которое вошли родители аутичных детей и профессионалы. И сейчас это Общество продолжает оказывать помощь и поддержку аутичным детям и их семьям. Кроме этого, он собрал отличную команду врачей и исследователей, и в 1967 году был организован Институт изучения аутизма ARI. Это некоммерческая научно-исследовательская реферативная организация, которая самостоятельно финансирует исследования, направленные на

установление подлинной причины аутизма и ведет поиск безопасных и эффективных методов его лечения.

Бернард Римланд до самой своей смерти 21 ноября 2006 года являлся бессменным директором ARI. На сегодняшний день это крупнейший научно-исследовательский институт по проблемам аутизма. В его стенах разрабатываются все теории и исследуются практики лечения аутичных детей. Институт объединяет самых крупных исследователей и профессионалов Америки в области аутизма и располагает крупнейшим в мире банком данных о людях с диагнозом аутизм.

Этот институт никогда не признавался американским государством как официальное учреждение и с 1967 года существует на пожертвования граждан.

Какова же причина такого отношения со стороны государства? Все просто: рассматривая различные причины возникновения аутизма у детей, Римланд вместе со своими коллегами по работе называет одной из возможных причин вакцины.

## **Прививки и аутизм**

Есть масса литературы о важности и опасности прививок, но не это является темой моей книги. Я не ставлю вопрос о вреде вакцинации и не призываю к ее отмене, я за то, чтобы все делалось без вреда для индивида. Я пишу о том, что пережили мы и многие другие родители, и пытаюсь понять, что же с нами всеми произошло.

Рассматривая различные теории и аспекты возникновения аутизма у детей, особенно отчеты родителей, ученые ARI слишком часто наталкивались на информацию о том, что аутичное поведение ребенка развилось после какой-либо очередной прививки. Пройти мимо такого было невозможно, и начались исследования в этом направлении, которые привели к мысли, что, возможно, какой-то компонент в

вакцине стал таким запускающим механизмом. Когда стали изучать состав вакцин, то обнаружили, что консервантом в них служил тимеросал (мертиолят), а попросту - соли ртути. Было также отмечено, что симптомы людей с аутизмом в некоторой степени перекликаются с симптомами людей, страдающих от ртутного отравления. И хотя количество ртути в прививках было небольшим, но помноженное на количество прививок оно уже было достаточным, чтобы нанести детям с ослабленной иммунной системой непоправимый вред.

Если вернуться в историю, то, я думаю, становится понятным, почему именно в Австрии и Германии в 30-х годах происходит резкое увеличение количества детей с такими странными симптомами. Именно в это время начинаются социальные программы гитлеровской Германии по тотальной вакцинации детей против туберкулеза, а эти вакцины консервировались солями ртути – мертиолятом, или тимеросалом.

Мергиолят (тимеросал, тиомерсал) – органическое соединение ртути, превращающееся в этил ртуть, которое использовалось в медицине под названием «медицинская ртуть» в борьбе с сифилисом. Сифилис, конечно, тормозился, но вот у больных развивалась шизофрения, слабоумие, и часто у них рождались ненормальные дети.

Даже сегодня, когда уже все знают о проблеме с медицинской ртутью, в России продается препарат ИРС-19, его активно рекомендуют даже трехмесячным детям как иммуностимулирующий препарат для интраназального применения. Этот препарат содержит мергиолят, а проще ртуть. Я лично знаю маму, у которой родился аутичный ребенок, поскольку она еще до родов использовала препарат для себя. После рождения проблемного ребенка эта мама продолжала использовать препарат себе, а с трех месяцев и ребенку. Все вместе привело к развитию у ребенка состояния, схожего с ДЦП.

А вот что написала другая мама:

«У нас почти с рождения была задержка развития, возможно, виною

были первые прививки АКДС или Гепатит В... А регресс около трех лет начался, насколько помню, где-то в то время я ему ИРС-19 второй флакон брызгала, видимо, этим и добились...»

ИРС-19 — это модное гомеопатическое иммуномодулирующее средство, в состав которого входит натриевая ртуть - мертиолят натрия. Производитель указывает, что там ее не более 1.2 мг, но дети с плохой иммунной системой не могут ее вывести и значительно ухудшают свое состояние. У таких детей ртуть накапливается в мозге, печени и других тканях организма.

ИРС-19 содержит 1.2 мг мертиолята натрия на баллон в 60 доз. В соответствии с рекомендациями к ИРС-19 для профилактики дается «по 1 дозе препарата в каждый носовой ход 2 раза/сут в течение 2 недель», что составляет 56 доз, т.е. целый флакон. Для лечения рекомендуют «по 1 дозе препарата в каждый носовой ход от 2 до 5 раз/сут до исчезновения симптомов инфекции», если считать, что средняя продолжительность заболевания — неделя, получается тоже до 70 доз, т.е. опять баллон. Итак, за одну-две недели ребенок получает примерно 1.2 мг мертиолята натрия, в котором 50 % - ртуть, т. е. около 600 мкг.

Много это или мало? Для начала это примерно в три раза больше, чем получали американские дети с их безумным графиком прививок до того, как ртуть официально была выведена из детских вакцин. А ЕРА (Организация Защиты Окружающей среды) установила допустимый уровень ежедневного потребления ртути для детей — 0.1 мкг/кг веса, т.е. для ребенка весом около 10 кг безопасная норма ртути составит всего 1 мкг! И нигде на упаковке этого «славного» средства не написано даже, что этот препарат НЕЛЬЗЯ употреблять долго и часто, хотя на самом деле, его **ВООБЩЕ** нельзя употреблять.

К слову сказать, биокоррекция восстановила способность к ходьбе у ребенка с ДЦП за полтора года лечения. Сейчас ребенок не просто ходит самостоятельно, а даже гоняет голубей.

Итак, медицинская ртуть, так хорошо зарекомендовавшая себя 80-х годах в подавлении активности бактерий и вирусов, с 30-х годов прошлого века используется производителями вакцин для предотвращения бактериального и грибкового заражения. Никто никогда не исследовал влияния этой ртути на организм новорожденных детей, и производители вакцин никогда не делали никаких тестов по этому поводу. Когда исследования ARI вышли наружу, то вакцинированные постарались отпихнуться от них, и поскольку этот институт не имел официального статуса, производителям вакцин это легко удалось. Америка и все другие государства не были заинтересованы в разбирательстве этого вопроса, потому что производители вакцин гарантируют защиту населения от эпидемий, а государство освобождает от затрат в таких случаях при условии тотальной вакцинации населения. При этом вред от прививок вообще не рассматривается, поскольку считается нормальным, если 10 % привитых может получить побочный эффект. Таким образом, государство заинтересовано в производстве вакцин и закрывает глаза на тот факт, что вакцины не на 100 % безопасны. Принося в жертву более слабых, государство никогда не ставило под сомнение деятельность этой отрасли, а производители вакцин начали их производство от всех болезней, в том числе от таких, которые не являются жизненно опасными. Так появилась вакцина против кори/краснухи/свинки, гриппа, редких видов гепатита, ветрянки и даже возбудителя рака матки вируса папилломы. Последняя прививка нонсенс, ибо этот вирус является причиной рака матки только в 70 % случаях, а прививать от него предлагается всех детей, включая мальчиков, с 9 лет каждые четыре года.

Только полное безразличие к проблеме, которая не может стать эпидемией, спасла Швецию от включения такой прививки от рака матки в категорию обязательных. Хотя те, кто покупает вакцины на государственном уровне, никогда не поинтересовались, является ли

эта вакцина стопроцентной защитой для тех, кто был вакцинирован. Даже если интерес и проявлялся, ответ на этот вопрос, во всяком случае, не разглашается, ибо 100 % защиты люди не получают.

Увидев, что вакцин становится слишком много, и государства, и родители начали роптать. И тогда производители вакцин пошли еще дальше – ими были разработаны страшные «коктейли» из вакцин: три вакцины за один раз, четыре за один раз и даже шесть за один раз, которые якобы позволяют экономить время и деньги, так как родители приходят на прививку только один раз вместо шести или трех.

Составляя такие «коктейли» из вакцин, производители даже не задумывались, что их ртутный консервант тоже суммировался. Только в 1999 году эксперты Управления по санитарному надзору за качеством пищевых продуктов и медикаментов США (FDA) выяснили, что в ходе вакцинации детям может вводиться суммарная доза этилртути, в 100 раз превышающая предельно допустимую концентрацию.

Под напором общественности начались разбирательства, и институт медицины США установил, что между нейродегенеративными заболеваниями и мертиолятом в составе вакцин возможна биологическая связь. Ученые из Университета Северной Каролины (в частности доктор Бернارد Гринберг и др.) обнаружили сходство между заболеванием аутизмом и патологиями, которые происходят в организме при отравлении ртутью.

Было предложено заменить ртутный консервант и это сделали во многих вакцинах, но, увы, не во всех.

И хотя отказ от ртутного консерванта декларирован давно и с 2006 года страны Евросоюза утверждают, что таких вакцин больше нет, это далеко не вся правда. До сих пор в качестве консерванта для прививки от гепатита В используется тимеросал (тоже ртутная соль), и во многих необязательных вакцинах против гриппа тоже продолжают его

использовать. Но в обязательных вакцинах его постарались заменить. Однако соли алюминия, заменившие соли ртути, не менее опасны. Вред, наносимый этими прививками, нисколько не уменьшился. В конечном итоге, алюминий, заменивший ртуть, также совершенно не исследован, никто не знает, какое его количество может быть безопасно введено в организм новорожденных, а главное, как их организм ответит на его присутствие.

В 2002 году в Америке прошла конференция производителей вакцин под названием «Алюминий как вспомогательное средство – Конференция 2002». Ее участники обсуждали действие солей алюминия на иммунную систему младенцев. Те, кто захочет, могут найти 300 листов документов той конференции в интернете. Я читала выборку из материалов конференции, которую сделала мама одного из аутичных детей и опубликовала ее на сайте «Аутизм-Меркури». Я хочу отметить из нее только то, что наиболее страшно.

Итак, ребенок шести месяцев получает до 8 мг алюминия с прививками, хотя имеющиеся официальные исследования подтверждают, что алюминий может быть причиной неврологических заболеваний, таких как ухудшение памяти и болезнь Альцгеймера. Кроме того, сами же производители вакцин на этой конференции отмечали, что существует большая вероятность, что алюминий становится причиной того, что иммунная система увеличивает количество клеток Т2, и это может объяснять взрыв аллергий и астмы сегодня.

Обсуждалось также, что алюминий задерживается и накапливается в организме, но самое страшное – это его синергическое (взаимно усиливающее) взаимодействие с ртутью, которое вообще не изучено. Спорадические исследования, которые предпринимают производители вакцин, и их выводы поражают. Было описано исследование, в ходе которого двадцати кроликам ввели соли алюминия и изучали, какое количество алюминия кролики смогут вывести. Оказалось, что кролики

вывели почти все, но вот один, которого экспериментатор назвал «плохой кролик» — не вывел ничего! Почему? На этот вопрос ответа дать исследователи не смогли, а кролик «тактично промолчал». Дети, больные астмой, аутизмом, тоже молчат, а ведь эксперимент идет в мировом масштабе. Фактически никто не исследовал влияние алюминия на организм новорожденных, но поскольку ртути в вакцинах «как бы» нет, то вакцины «как бы» и не виноваты. На конференции цинично заявлялось, что общественность успокаивается, когда официально говорится о замене солей ртути на соли алюминия.

Но поскольку закона, запрещающего использование солей ртути, нет, то прививка против гепатита В по-прежнему содержит ртуть и процессе производства, но якобы потом «отмывается» от ртутного консерванта и вводится с алюминиевым.

Рассуждая логически, ожидать от солей алюминия чет-то хорошего не приходится. Уже давно есть рекомендации не использовать алюминиевую посуду и избегать консервов в тетрапакетах, усиленных алюминиевой фольгой. Таким образом, логично предположить, что если вирусы чувствуют себя в присутствии алюминия плохо, то, возможно, и иммунная система ослабленных детей может тоже быть подавлена при получении такого консерванта.

ARI высказал предположение, что сбои в деятельности иммунной системы аутичных детей могут приводить к аутоиммунным заболеваниям и ферментативной недостаточности ЖКТ. В анализах мочи аутичных детей были обнаружены опиатные остатки, образовавшиеся от расщепления протеинов пшеницы и молока. Их попадание в кровь способствует отравлению мозга.

Кроме этого, неправильное переваривание пищи приводит к тому, что полезные вещества — витамины, минералы, жиры, не усваиваются, и ребенок живет с постоянной нехваткой питательных веществ как для всего организма, так и для деятельности головного мозга.

При специальном обследовании аутичных детей в их организме



часто обнаруживают тяжелые металлы, наличие которых приводит постепенно к разрушению всего организма. Как следствие этой проблемы возникает задержка речевого развития и в более тяжелых случаях полное отсутствие речи у детей с аутизмом. Кстати, уже давно было замечено, что больные с тяжелым свинцовым или ртутным отравлением теряли способность говорить и общаться с окружающими.

Кроме того, в современных вакцинах используются живые вирусы и бактерии, и при нормальной реакции организма иммунная система уничтожит чужеродные структуры (бактерии, вирусы, грибы, простейшие, чужеродные белки, трансплантированные ткани), но у ослабленных детей этого может не произойти. Оставшиеся в организме захватчики легко становятся причиной аутоиммунных заболеваний, при которых происходит разрушение органов и тканей организма под действием собственной иммунной системы.

Итак, за последние полвека вакцины претерпели сильные изменения и сейчас редко используются моновакцины. Современные вакцины содержат одновременно комбинацию до шести видов опасных вирусов. Такой является вакцина HexaVac – шесть в одной, что содержит дифтерит, коклюш, столбняк, полиомиелит, гепатит В и *Haemophilus influenzae* типа В.

В обычной нормальной жизни все шесть вирусов никогда не могут одновременно попасть в кровь ребенка. Во-первых, они сейчас встречаются крайне редко, а во-вторых, даже если один из видов и встретится, то сначала ему придется пройти внешние барьеры организма – кожу, аденоиды, гланды, кислотную среду желудка и ферментативную среду кишечника, где иммунная система начинает бороться с врагами еще до попадания их в кровь.

Никогда не бывает эпидемии шести болезней одновременно, а вне эпидемии возбудители каждой болезни весьма малочисленны и не активны. Многие вообще не присутствуют вокруг нас в домах, и даже не присутствуют в европейских странах. Однако вакцину HexaVac в

Германии начинают вводить с четвертого месяца жизни ребенка и в течение первого года повторяют четыре раза, хотя за последние 50 лет о случаях эпидемий в Германии хоть какой-то из этих болезней не было известно.

Производители вакцин приписали себе заслугу в избавлении человечества от многих эпидемий и забыли, что на дворе XXI век! Развитие фармакологии, санитарное состояние жилища и питьевой воды сегодня не сравнить даже с сороковыми годами XX века. Современные средства уборки и личной гигиены изменились за последние полвека так, что практически все содержат антибактериальный и санирующий компоненты и, самое главное, везде, даже для уборки помещений, стали использовать очищенную водопроводную воду. И хотя есть много нареканий на качество очистки воды, наличие в ней некоторых химикатов, главная задача выполнена — мы используем и для питья, и для уборки воду, очищенную от бактерий.

Каждая семья применяет в домашнем хозяйстве пылесос и моет посуду и полы с моющими средствами, имеющими также дезинфицирующий эффект. Практически каждая семья на Западе использует в быту посудомоечные машины, и мытье посуды происходит при температуре больше 55 градусов, а сушка происходит перегретым паром. Скорее, не поголовная иммунизация, а более чистый быт предохраняет нас сегодня от эпидемий.

Есть даже данные о том, что заболеваемость той же корью и многими другими болезнями пошла вниз еще до введения поголовной вакцинации от этих болезней.

Раньше, в середине XX столетия, когда в некоторых районах бывшего Советского Союза возникали эпидемии скарлатины, холеры или кори, то иммунологи кричали, что, мол, стали хуже прививать. Это было более выгодно, чем признание устаревших или не работающих систем очистки воды на данной территории. Вина руководителей и

политиков перекладывалась на мифических врачей и несознательных родителей.

Мы не специалисты, но давайте попытаемся логически разобраться, что же происходит с детьми при вакцинации. Детям прямо в кровь, минуя естественные защитные барьеры, впрыскиваются живые вирусы и бактерии, активность которых сдерживается солями алюминия или ртути. Все это приводит иммунную систему ребенка в шоковое состояние. У более сильных детей она оправляется от шока и возвращается к нормальному состоянию. Но что считать нормой? В современном мире у детей до трех лет в сотни раз возросли аллергии, пищевые непереносимости, аутоиммунные заболевания типа псориаза и астмы, но никто не исследует причины и уж тем более не ищет их в вакцинах.

Получив первый прививочный шок, слабые дети, у которых иммунная система не сумела оправиться и вывести соли металлов или убить вирусы, начинают болеть. Эти болезни, как правило, связаны с желудочно-кишечным трактом и ушными инфекциями. Начинаются постоянные диспепсии, зловонные испражнения с неперевавленными остатками пищи или, наоборот, запоры, и во многих случаях констатируют дисбиоз кишечника.

Да, как правило, все дети, независимо от прививок, в первые месяцы жизни страдают некоторыми проблемами пищеварения. Практически всегда педиатры успокаивают мам, что скоро все образуется и в большинстве случаев так и происходит. Но дети со слабой иммунной системой продолжают болеть. На это никто не обращает внимания и, поскольку прививки аккуратно разнесены по времени на весь первый год жизни, то каждая новая прививка вносит свою лепту. Вот как описывает такую ситуацию одна мама.

«Молока у меня было очень мало, кормила смесью Нан, началась аллергия. А в 4 месяца пришли на прививку. Помню как сейчас, — капнули полиомиелитную — Аня резко закричала, а в это время начали

колоть в ножку АКДС. Обморок, глубокий. Отвезли ее в реанимацию, забрала только вечером, судя по выписке, был еще один обморок, кололи преднизолон. Участковый педи-атр послал нас на кафедру аллергологии и иммунологии местного института (имена и названия учреждений тут и в дальнейшем опускаются), сделали анализ — реакция иммунолейколиза на прививочные компоненты. Напряженность иммунитета к столбняку—в 2.5 раза превышает допустимый порог, к коклюшу - в 2 раза, к полиомиелиту — в 3 раза! Нам нельзя было делать эти прививки! Но нам было этого мало! Нас еще раз прививали где-то через полгода, и после этого — двусторонний гнойный отит, через месяц — грипп с очень высокой температурой. После отита дочка начала терять слова, а после гриппа полное погружение в себя и постоянные крики, крики, крики! Она не спала ни днем ни ночью. Кусалась, била нас до синяков. И бегала по коридору туда-сюда, иногда не замечая преград на своем пути. Выручала реклама. Как только она возникала на экране, девочка останавливалась и замирала, и мы кормили ее в это время. Пропали все слова и все навыки, появилось много страхов. Боялась всего: звуков, ярких цветов, людей, боялась даже на улице ходить по снегу, а потом и по асфальту. Я носила ее на себе до четырех лет. Обратились к городскому невропатологу — диагноз аффективно-респираторный пароксизм головного мозга, потом был диагноз — эпилептический синдром Ландау-Клефнера, и, наконец, у Стратовича - детский аутизм. На тот момент Ане было около 2-х лет. Из рекомендаций всех светил - ноль полезной информации и совет оставить ребенка на попечение государства. Это сейчас информации много, а в 2002 голу у меня были только статья того же Стратовича (он сам ксерокопию дал) и несколько книжек такого содержания, после прочтения которых захотелось взять ребенка на руки и шагнуть в окно с шестого этажа. Думаю, что все мамы после установления ребенку такого диагноза кидались куда ни попадя.

Так было и со мной. Бабки, парапсихологи, ясновидящие, бабушка-экзорцист, старец из монастыря, храмы, монастыри, источники».

А вот рассказ другой мамы:

«В 30 недель беременности Игорь перевернулся попой и задрал ножки вверх, что подтвердили на УЗИ. Я просила сделать кесарево сечение при таком патологическом предлежании, на что получила ответ от врача, что будешь рожать сама, и не такие рожали. Почему я тогда не настояла на кесаревом, до сих пор загадка для меня самой. Утром 7 мая в 6 утра мне ввели какой-то вагинальный гель, для того чтобы вызвать схватки, так как УЗИ показало, что вес ребенка больше 4 кг и я его не смогу родить. Не буду вдаваться в описание моих «прекрасных» родов, но скажу, что ребенка я родила только 8 мая в 12.15 дня. Возле меня собрался консилиум врачей и они выдавливали его, как могли. Так как ребенок уже в проходе стоял, кесарить было нельзя. К тому же каково было удивление докторов, когда они поняли, что во время родов воды у меня так и не отошли, то есть их попросту не было... УЗИ не показало, что у меня маловодие. Ребенок, конечно, не закричал, когда я спросила, живой ли он, мне ответили, что да, просто ослаб. Потом поднесли его ко мне и показали порезы на попе, так как меня резали и зацепили ему попку в двух местах.

Прививки, естественно, нам поставили все. И в роддоме такому ослабленному малышу поставили в том числе против гепатита В. Я же тогда вообще ничего об этом не знала. Дальше, 10 мая принесли малыша с жутким конъюнктивитом, ребенок вообще не мог открыть глазки. Это сейчас я понимаю, что, скорее всего, это последствие прививки от гепатита, так сказать, реакция организма, а тогда я, конечно, поверила всему, что доктора рассказали. Дальше кормила малого грудью, однако все равно развился жуткий диатез. Ребенок буквально раздирал руками личико до ран. И не смотря на это, нам все равно сделали все прививки. Потом в год и месяц сделали прививку ККП. Тут начинается... постепенный регресс... ребенок забывает все

слова, которые знал, контакт глаз уходит... постоянные крики и истерики.

Дальше четыре раза за один месяц побывали в реанимации с обструктивным бронхитом и как результат диагноз – бронхиальная астма. Нас, родителей, выгоняли из палаты, малого привязывали и ставили капельницы. Ребенок орал как резаный. В общем, все это мы связали с астмой, что было нашей ошибкой. Мол, стресс и испуг, и поэтому ребенок такой. Так я продолжала ждать, когда же все наладится... И только в 5 лет поставили диагноз аутизм и предложили оформить инвалидность, а также рассказали про перспективы и посоветовали оставить ребенка в интернате.

Слава Богу, нашла информацию в интернете. Вот уже 5 месяцев на диете и 2 месяца биокоррекция.

До диеты: истеричность и агрессия, расшвыривание игрушек повсюду.

Фобия транспорта, не ездит ни в одном транспорте кроме нашей автомашины, видя возле двора проезжающую машину, просто убегает с криками. Ходил одним маршрутом, и то редко. Больше сидел во дворе. Речь – отдельные слова да бессмысленный пересказ стихов. Агрессия.

После ввода диеты: появляется осознанная речь, произносит предложения из трех-четырёх слов, ушла агрессия, ее просто нет! Заходит спокойно в супермаркеты и понимает, что ему нельзя... не падает на пол, как раньше, и не орет. И у нас ушла астма!!! Уже пять месяцев не было ни одного приступа, а ведь раньше каждый день дышали ингаляторами, и это без специальных терапий. Спасибо всем участникам сайта...»

Эти два не самых страшных, но очень показательных рассказа заставляют меня содрогаться. Фактически мы с вами живем в эпоху эпидемии аутизма, которую «просвещенное человечество» организовало себе само.

Кто-то может мне не поверить, кто-то может быть возмущен, но это реалии жизни и надо их признать. Если в вашей семье уже есть аутичный ребенок и вы держите в руках эту книгу, то вывод должен быть только один: вы должны рассмотреть вопрос о целесообразности прививок для своего ребенка и начинаете вместе с нами борьбу за его возвращение к нормальной жизни. Чем раньше вы начнете это делать, тем лучше будет результат, так как мозг развивается пластично до шестилетнего возраста ребенка. Если же ваш ребенок старше шести лет или уже взрослый, то я еще раз повторю вам, что знаю много случаев, когда диета и биокоррекция давали просто потрясающие улучшения состояния даже у совсем взрослых детей.

Одна мама рассказала о своем семнадцатилетнем сыне с диагнозом тяжелый аутизм. Говорить он не начал, его проблемы были видны сразу, в первые месяцы жизни, но, как обычно, никто не обращал на это внимания, ребенок получил все прививки и даже «тарабарский» язык пропал. Только в пятнадцатилетнем возрасте родители начали диету и биокоррекцию, после которых ребенку стало много лучше. Родители упорно вводили терапию за терапией и приступили к выводу из организма тяжелых металлов. Провели 20 курсов хелирования (так называется терапия вывода тяжелых металлов из организма).

И вот однажды отец ребенка вернулся домой после четырехмесячной командировки. Увидев его, 17-летний мальчик первый раз в своей жизни произнес – ПАПА. Оба родителя плакали от счастья! Они поняли, что возможность коммуникации может быть налажена и их жизнь с ребенком, которая уже и так стала намного легче, может получить дальнейшее прогрессивное развитие.

Я не призываю к крестовым походам на прививки, и вам не поможет мой совет делать их после 5-6 лет и отказаться от поливакцин. Скорее всего, вы уже все сделали, доверившись, как и все остальные, «авторитетным врачам»!

История все время повторяется, и то, что вчера все делали как само собой разумеющееся, сегодня вызывает ужас.

Для примера я хочу вам напомнить о Джозефе Листере.

12 августа 1865 года во время операции Джозеф Листер впервые использовал в качестве антисептика карболовую кислоту, а впоследствии основал первый набор антисептических процедур. Он не только тщательно мыл руки перед каждой операцией, чего другие хирурги не делали, так как руки все равно будут потом грязными, но еще и подвергал полной санитарной обработке все инструменты и одежду. В результате за период с 1861 по 1865 год уровень послеоперационной смертности в мужском отделении снизился до 45 % по сравнению с имевшимися 85 %, а к 1869 году упал до 15 %. Нововведения Листера произвели революцию в хирургии и спасли много миллионов жизней. И хотя он был далеко не первый, и такие предположения высказывались другими за 20 лет до Листера, но только ему удалось ввести все антисептические мероприятия как систему, поэтому мы говорим о Д. Листере как об отце хирургической антисептики.

Конечно, история потом рассудит всех и все расставит по своим местам, но мы с вами живем сегодня и нам надо спасать наших детей от уже случившегося. Вряд ли кто-то станет пересматривать прививочные расписания из-за наших выводов, но это не главное. Главное, чтобы мы, родители аутичных детей, поняли, что у нас есть возможность спасти наших детей, ибо это не проклятие божие и не отметина особого рода «людей будущего», а банальное отравление иммунной системы, совершенное руками человеческими.

## **Генетическая теория аутизма**

Если обратиться к официальным источникам, то в качестве причины возникновения аутизма практически везде выдвигают генную теорию.



Однако генетическая природа аутизма очень сложна, и неясно, что оказывает влияние на появление расстройств аутичного спектра. Будет ли это взаимодействие множества генов или редкие мутации, имеющие сильный эффект, никому не удалось понять.

Когда я пыталась как-то прояснить и представить себе этот вопрос, то столкнулась с большим количеством информации и исследований на эту тему, но прямых доказательств этой теории я не встретила нигде.

Сложность генной теории обусловлена многосторонними взаимодействиями большого количества генов, внешней среды и других факторов. Исследования, проводимые с близнецами, показали, что наследуемость аутизма оценивалась более чем в 90 % при условии проживания детей в одной обстановке и отсутствии иных генетических и медицинских синдромов. Вот и опять не 100%, хотя вероятность очень высока. Я встречала и близнецов, и двойняшек, которые были больны аутизмом, но каждый из пары в разной степени.

Большинство генных мутаций, повышающих риск аутизма, пока остается неизвестным. Как правило, в случае аутизма не удается проследить связь единичного гена или единичной хромосомы, как при синдроме Ангельмана, Мартина-Белла или Дауна.

Обнаружено множество генов-кандидатов, однако эффект каждого из них очень мал. Врачи прилежно посылают кровь аутистов на анализ, чтобы выявить хромосомные изменения, но пока они констатируют, что подозреваемый ген встречается как у больных аутизмом людей, так и у здоровых. Можно было бы предположить, что просто одна часть людей с таким геном больна, а другая – здорова и является пассивным носителем заболевания, как это происходит при фенилкетонурии, но, к сожалению, аутизмом страдает масса людей без всякой генной патологии.

И хотя, на мой взгляд, это уже является опровержением генной теории, но масса газет и журналов авторитетно заявляет как раз о генной причине заболевания аутизмом.

Попытки исследования мозга тоже не дают пока никаких результатов. Современная техника позволяет провести множество различных исследований мозга, которые весьма эффективны в обнаружении органических изменений и опухолевых процессов, но мало что могут сказать об аутичных проблемах. Эти исследования рутинно проводятся у аутистов во всех странах мира для сбора статистики. Таким образом врачи пытаются систематизировать изменения в различных системах работы мозга, как было сделано при болезни Паркинсона, которая имеет четкий единый механизм как на молекулярном, так и на клеточном уровне. Несмотря на обширные исследования до понимания процессов функционирования мозга при аутизме еще далеко.

Хотя на сегодняшний день и выявлены изменения в деятельности многих участков мозга аутиста, но динамика этих изменений не выяснена и картины очень разные у разных больных. Так что глубокомысленные заявления, которые любят делать врачи России после таких исследований, не имеют под собой никакой почвы. В западных странах врачи не пытаются трактовать синдромы активности мозга, поскольку нет в этом никакой закономерности. Таким образом, синдром эпилептической готовности без эпилептических припадков или долговременных судорог не требует на Западе никакого лечения, ибо говорит только о подозрении на эпилепсию, которое может никогда не реализоваться. Только в России после таких исследований детям назначают массу ноотропов и антисудорожных препаратов, которые чаще усугубляют плохое состояние детей.

Уже очевидно, что возможны отклонения в развитии многих важных структур мозга у людей с его заболеваниями, однако источниками информации в этом случае явились посмертные исследования мозга людей с умственной отсталостью. Это не позволяет делать уверенные выводы о таких отклонениях у аутистов.

Встречаются заявления, что мозг детей аутистов в среднем весит больше обычного и занимает больший объем, а также увеличена длина окружности головы. Клеточные и молекулярные причины избыточного роста мозга, происходящего на ранней стадии его формирования, неизвестны, неясно также, вызывает ли этот избыточный рост характерные признаки аутизма и как часто встречается такая патология у нормальных людей.

Интересные исследования проводились в области нейротрансмиттерных процессов, возникающих в мозге во время работы и взаимодействия на психологическом уровне. При аутизме отмечался ряд нейротрансмиттерных отклонений, среди которых выделяется повышенный уровень серотонина, но опять неясно, ведут ли эти отклонения к каким-либо поведенческим изменениям. Есть данные, которые говорят о повышении уровня гормонов роста у детей с аутизмом, но в других работах отмечается снижение их уровня.

Согласно одной из выдвинутых теорий, нарушения, подобные аутичным, происходят при неправильной работе системы зеркальных нейронов. Наблюдения за животными показали, что эта система активируется как у того животного, которое выполняет действия, так и у того, которое просто наблюдает за первым. Вероятно, благодаря системе зеркальных нейронов человек способен понимать других людей, моделируя их поведение в имитации их действий, намерений и эмоций. Если представить, что система зеркальных нейронов искажает эти процессы и вызывает характерную для аутизма социальную дисфункцию и коммуникативные проблемы, то возникает стройная теория. Несколько работ, посвященных проверке этой гипотезы, действительно показали структурные отклонения в этих областях мозга у лиц с расстройствами аутичного спектра.

Однако у лиц с аутизмом нарушена активация многих других сетей помимо системы зеркальных нейронов, и эта теория не объясняет, почему в таком случае дети аутисты адекватно выполняют

целенаправленные или объекто-направленные имитационные задания.

Другие исследования работы мозга лиц с расстройствами аутичного спектра касались различий в активности мозга в зависимости оттого, какую задачу выполняет испытуемый – социальную или несоциальную. Зафиксировано, что при аутизме нарушена функциональная связность нецелевой сети – социальной и эмоциональной, но сохранена связность целевой сети, играющей роль в поддержании внимания и целенаправленном мышлении, но никаких выводов, помогающих решить эту проблему, из этого сделать не удалось.

Пока неизвестно, что объединено под названием аутизм – несколько расстройств, при которых влияние мутаций вызывает аутичное поведение, или большая группа расстройств с сильно различающимися механизмами. Итак, получается, что на сегодняшний день никаких закономерностей ни в одной из теорий о причинах заболевания аутизмом не выявлено.

Лечение аутизма всеми существующими нейрорептиками признано бесполезным и проводится в западноевропейских странах только при агрессивной форме поведения или самоагрессии.

Официальная медицина говорит, что аутизм неизлечим.

Обычно родители замечают признаки расстройства аутичного спектра в течение первых двух лет жизни ребенка. Несмотря на то, что существует возможность помочь ребенку в обретении навыков самопомощи, социальных взаимодействий и общения путем тренировок по изменению когнитивности, поведенческих шаблонов, в настоящий момент официальной медицине неизвестны методы, способные полностью излечить от аутизма.

Обычно дети, получившие диагноз аутизм, не могут жить самостоятельной жизнью даже достигнув совершеннолетия. Однако некоторые получают образование и работают. Многие из них даже ведут активный образ жизни, стараясь помочь другим, находящимся в более тяжелом положении, и пропагандируя информацию о том, что

аутизм скорее особое состояние, чем болезнь.

Вот это последнее особенно муссируется в прессе и наиболее опасно, так как родители начинают думать о богоизбранности, теории «детей индиго» и другой метафизике, забывая, что есть разные степени аутизма, и сидящий перед ними беспомощный человек чаще не несет закодированного сообщения в мир, а жестоко страдает от своего положения.

От трети до половины аутистов оказываются неспособными достичь уровня речевого развития и коммуникации, достаточного для выполнения повседневных задач. Уже на первом году жизни малыша могут наблюдаться такие отклонения, как позднее появление лепета, необычная жестикуляция, слабая реакция на попытки общения с ним. На второй и третий годы жизни дети аутисты реже и меньше лепечут, в их речи становится меньше согласных звуков, если они говорят, то их словарный запас беднее, чем у других сверстников. Аутичные дети реже комбинируют слова, их жесты редко сопровождаются словами, их игры стереотипны и лишены фантазии.

В то же время в детском возрасте возможна ремиссия, даже приводящая к снятию диагноза аутизм. Иногда это случается после интенсивной поведенческой терапии АВА, что позволяет психологам говорить об излечении, однако, во-первых, точный процент выздоровлении неизвестен, а во-вторых, регресс может наступить в любую минуту и человек может даже потерять речевые навыки.

У некоторых повзрослевших аутистов наблюдаются умеренные улучшения в коммуникативной сфере, однако у изрядного числа эти навыки ухудшаются. Нет вообще ни одного исследования, анализирующего состояние аутистов старше сорокалетнего возраста. А в России большинство таких аутистов имеет диагноз шизофрения.

Можно перечислить некоторые признаки, наличие которых позволяет предположить более успешную адаптацию в будущем больного аутизмом. Это – развитие языковых навыков до

шестилетнего возраста, уровень IQ выше 50 единиц, получение востребованных навыков или профессии. У человека же с тяжелым аутизмом шансы достичь независимости не просто низки, а практически сводятся к нулю.

Моя внучка в возрасте 3-х лет получила как раз диагноз тяжелый аутизм, не говорила, не знала своего имени и не могла общаться с нами. После двух лет биокоррекции она начала ходить на занятия с обычными детьми в балетную студию при Академии балета, а осенью 2010 пошла в подготовительный класс нормальной школы. Когда я сегодня веду мою Аурель в школу, мое сердце поет: «Я победила аутизм!»

Это не чудо или удача, которая может вдруг завтра изменить нам и наступит регресс, как предупреждают всех достигших успехов на АВА, это действительно работающая система биокоррекции. И хоть система эта официально не признана, есть десятки тысяч детей, что за эти годы восстановились с помощью биокоррекции. Эффективность системы доказывается всякий раз, когда я вижу положительные результаты работы каждого, кто начинает бороться за своего ребенка, используя эту систему. И я радуюсь успехам этого малыша, радуюсь возможности спасения еще одного человека!

Если же мы обратимся к статистике, то согласно британскому исследованию 2004 года из 68 аутистов, получивших диагноз в детском возрасте до 1980 года (все сегодня старше 24 лет), и имеющих IQ выше 50, лишь 8 человек достигли высокого уровня независимости по достижении взрослого возраста, 7 имели несколько друзей и были заняты большую часть времени, но требовали некоторой поддержки. 14 человек имели некоторую степень независимости, но, как правило, оставались дома и нуждались в значительной поддержке и повседневном наблюдении. Почти половина, 32 человека, нуждались в попечении специалиста по аутичным расстройствам, усиленной поддержке и были лишь немного автономны, а семи требовался

высокоорганизованный больничный уход.

По шведским данным 2005 года в группе 78 взрослых аутистов, подобранных без отсека по уровню IQ, результаты оказались хуже: например, только трое жили независимой жизнью.

В канадской публикации по результатам анализа состояния 48 молодых людей с расстройствами аутичного спектра, диагностированных в дошкольном возрасте, выделены подгруппы с плохим (46 %), умеренным (32 %), хорошим (17 %) и очень хорошим (4 %) уровнем функционирования; 56 % из них хотя бы раз в жизни имели работу, в основном, добровольческую, адаптированную или с неполным днем.

С другой стороны, несмотря на то, что понимание того, как генетика влияет на аутизм, не достигнуто, ДАН! врачи, речь о которых пойдет подробнее в следующей главе, считают, что у многих детей с аутизмом высока вероятность генетической предрасположенности. Возьмите хотя бы тот факт, что аутизм встречается у мальчиков почти в четыре раза чаще, чем у девочек. Эти факты предполагают связь между аутизмом и различными генетическими факторами, но не однозначную генетическую обусловленность, а конкретную в каждом случае аутизма. Для каждого отдельного ребенка причиной аутизма могут быть сразу несколько факторов из окружения, вызвавших цепную реакцию аутичного состояния. Причем некоторые из этих факторов оказали на ребенка опосредованное влияние еще до его рождения. К таким факторам можно отнести и загрязнение окружающей среды промышленными отходами, и амальгамные пломбы с содержанием ртути во рту мам, и повышение радиационного фона, и употребление беременными в пищу рыбы с повышенным содержанием тяжелых металлов, и применение сильных антибиотиков при беременности или сделанные беременным прививки против гриппа... Причин много, а диагноз впоследствии один — аутизм. Таким образом, мы говорим, что у детей с заболеваниями аутичного спектра наличествует большая, чем

у других детей, ранимость и уязвимость иммунной системы, и мы говорим о генетической предрасположенности. Однако следует помнить и о том, что эта предрасположенность не обязательно имеется в каждом конкретном случае. В настоящее время понятия о генетической предрасположенности и влиянии каких-то решающих факторов только начинает проясняться, и пока официальная медицина не может сказать по этому поводу ничего определенного.

## **ДАН! врачи — альтернативные методы биокоррекции**

Образованный в 1967 году Институт исследования аутизма (ARI) как некоммерческая научно-исследовательская реферативная организация стал проводить и финансировать исследования, направленные на установление подлинной причины аутизма и поиск безопасных и эффективных методов его лечения. В ARI было установлено, что аутичные дети отличаются от здоровых ослабленным иммунитетом и болезнями ЖКТ, страдают аллергиями и пищевыми непереносимостями, ферментативной недостаточностью, дисбактериозом, мальабсорбцией и дефектами митохондрий. Анализы показывают наличие в их организме тяжелых металлов, нарушение метаболизма и цикла метилирования. Анализ мочи показывает опиатные остатки, как у наркоманов, и продукты жизнедеятельности бактерий, которых никогда не встречается у людей вообще.

Поскольку аутизм находится в ведении психиатров (официальная медицина всего мира относит аутизм к психиатрическим заболеваниям), врачи-психиатры в силу профессиональной узконаправленности не в состоянии видеть связь между мозгом, иммунной системой и ЖКТ. Мозг рассматривается ими отдельно от всего организма как управляющий орган, а о желудке психиатры



вообще не думают. Поэтому они и стараются связать аутизм с генной теорией несмотря на то, что все попытки выделить ген аутизма ни к чему не привели. Время идет, число детей с аутизмом растет и нельзя уже закрывать глаза на это явление. В апреле 2007 года в научном американском журнале *Discovery* вышла статья Джилла Неймарка «Аутизм, это не только в голове». Статья обращала внимание читателя на то, что проблема аутизма выходит за рамки психиатрии и является комплексной. К сожалению, развития этого направления не последовало, так как автор не дал ответа на вопрос, что же является причиной такого состояния и как же надо поступать, чтобы помочь больным.

В ARI, занявшись собственными исследованиями, начали с исследования ЖКТ, поскольку обнаружили, что у большинства аутичных детей есть проблемы пищеварения. Исследования показали, что мозг детей недополучает питательных веществ и витаминов, разрываются нормальные химические процессы в организме и затормаживаются циклы, отвечающие за развитие речи и познавательных способностей.

Исходя из этого, была выработана эффективная система питания, позволяющая в кратчайшие сроки восстановить состояние кишечника и ввести коррекционные биодобавки, чтобы насытить организм, страдающий от истощения.

Таким образом создаются возможности для самовосстановления организма.

Кстати, на этом и основан феномен, что иногда (очень редко, 1 случай на 1000) ребенок вдруг по необъяснимым причинам начинает нормально развиваться и выходит из аутичного спектра. Произошла очистка организма. Конечно, надеяться на такое чудо можно, но лучше его не ждать, а помочь ребенку, введя соответствующую систему питания и биокоррекцию. Исследуя содержащиеся в моче аутичных детей опиатные остатки, было обнаружено, что это непереваренные

остатки протеинов коровьего молока - казеина и клейковины злаков (пшеницы, ржи и ячменя) – глютена. И вот у таких детей развивается опиатная зависимость и кроме пищи, содержащей наркотик, многие больные практически ничего не едят. Как следствие наркотического действия возникают пониженный болевой порог, крики, истерики, сбитый режим сна, мышечные боли, судороги, неспособность освоить речь, и даже судорожную готовность мозга в большинстве случаев можно отнести к этому феномену.

Но это только малая толика, самое страшное – это отравление мозга опиатными токсинами и продуктами жизнедеятельности патогенной флоры организма, которые приводят к нестерпимым головным болям, деструктивному (разрушительному) поведению, агрессии и самоагрессии.

Множество психотерапевтов писали о самоагрессии, агрессии и деструктивном поведении горы статей. Они предлагают в этом случае психотропные медикаменты и тренировки по коррекции деструктивного поведения вплоть до лечения электрошоком.

Вообще, наблюдать самоагрессию у ребенка 4-5 лет для родителей просто ужасно и разрушительно. Когда дрожащая мама рассказывает, как ее четырехлетний ребенок со всего маху бьется головой об стену и потом на его лице и шее выступают черные кровоподтеки, а она ничего не может с этим сделать, ее слова заставят содрогнуться любого нормального человека. Медикаменты, которые предлагает врач, делают ребенка похожим на «овощ». Но ужасно то, что, как только действие препарата заканчивается, ребенок бьется головой снова. Ничего, кроме побочного тормозящего эффекта, не наблюдается, ибо вылечить такое поведение психотропными препаратами невозможно и применяют его, чтобы хоть как-то разрушить связи деструктивного поведения. Однажды в интернете я наткнулась на рассказ женщины 49 лет о приступах самоагрессии у нее самой. Она написала его, чтобы подчеркнуть необходимость правильной системы питания и

био коррекции, которые освободили ее от страданий:

«Еще около четырех лет назад я билась головой. Это было очень странно, но для меня битье головой давало облегчение от того, что происходило в моем мозгу. Это ощущалось как сжатие мозга железным кольцом. Ужасно. Когда я билась головой я чувствовала зуд внутри и очень сильное сдавливание. Битье головой, которое казалось сюрреалистичным в то время, фокусировало ощущения снаружи головы, и тогда я не чувствовала этой странности внутри. Это облегчало внутренние боли и это действительно помогало.

Битье головой было механизмом успокоения, хотя кажется, что это должно быть болезненно... но оно определенно освобождало от более страшной, внутренней боли. Звук ударов и раздражение, которое я чувствовала после этого, были большим облегчением. Я действительно была тогда не в своем уме, и очень-очень раздражена, и в битье головой был даже какой-то комфорт. Очень странно и жутко».

Как видите, все эти проблемы требуют иного подхода, чем могла и может дать традиционная медицина.

Энтузиасты врачи двигались наощупь, рука об руку с такими же энтузиастами родителями, и каждая их победа тщательно анализировалась и молниеносно доводилась до сведения других родителей. Методы лечения, которые предлагались, были альтернативными и не всегда четко разработанными по дозировке и применению препарата. Но родители хотели помочь своим детям как можно быстрее. Они не могли ждать, когда все исследования будут признаны официальной медициной и выверены. Родители из пассивных наблюдателей, выполняющих предписания врача, стали активными участниками процесса лечения и взяли на себя важнейшую роль по наблюдению и сбору результатов от каждой конкретной терапии. Конечно, в силу разных обстоятельств не все родители в состоянии скрупулезно изучать и правильно собирать информацию. Те, кто активно работал над этим, обычно получали даже лучшие

результаты, чем те, кто целиком полагался на ДАН! врача. Хотя, конечно, наличие такого, особенно на начальном этапе, значительно облегчало задачу овладения базовой информацией. Поэтому ARI откликнулся на просьбы родителей быстрее внедрять новые лечения и начал специальный проект, названный «Победим аутизм сейчас!». В рамках этого проекта ARI организовал курс самоподготовки для врачей, чтобы ознакомить их с уже разработанными и внедренными методами лечения. Таких врачей называли ДАН!, аббревиатура от английского названия проекта, а разработанные методы лечения называли – ДАН! протоколами.

С 1995 года проводятся регулярные конференции ДАН! врачей, исследователей, ученых и родителей, которые поставили себе цель найти эффективные лечения аутичного состояния. В настоящее время минимальные требования таковы: практикующий врач должен посетить по крайней мере одну ДАН! конференцию и/или семинар для врачей, чтобы его внесли в список врачей, применяющих ДАН! протокол.

Почему же нужны специальные врачи? Во-первых, многие врачи традиционной медицины слишком медленно принимают биокоррекционные методы лечения и многие из них настроены скептически, поскольку в медицинских институтах их учили, что аутизм – это неизлечимое психическое расстройство и что единственным методом лечения являются фармацевтические средства. Во-вторых, подход к проблеме не традиционный, и врачам надо пройти соответствующий курс в АК1, чтобы овладеть всеми методиками, разработанными в институте.

Институтом предусмотрены бесплатные интернет-ресурсы для того, чтобы врачи могли как можно скорее войти в курс дела, а так же в АК1 можно приобрести материалы семинаров. И в-третьих, используя современные методы диагностики, общения и распространения информации популярна новая форма работы с пациентом через

электронную почту.

Так получается, что работа с ДАН! докторами ни в одной стране мира не покрываются страховкой, следовательно, теоретически вы можете работать с кем угодно, но практически это будет ограничено языковым и денежным барьерами. Первый директор института доктор Римланд считал, что наибольших успехов в решении проблемы аутизма можно добиться при условии, если со специалистами активно и добросовестно сотрудничают родители, которые являются главными экспертами в вопросах того, какое лечение помогает, а какое нет. В результате врачи и исследователи, участвующие в проекте «Победим аутизм сейчас!» делают нечто просто немыслимое с точки зрения традиционной медицины: они прислушиваются к мнениям родителей и других специалистов, когда те сообщают об успехах в ходе экспериментального курса лечения или предлагают свои идеи возможного лечения. Родители становятся активной фракцией - исследуют научную основу новых методов и идей, проводят клинические испытания и анализ результатов на своем ребенке, обсуждают такие результаты на форумах и тщательно анализируют степень безопасности, эффективности и пригодности каждого предложенного врачом метода. Если лечение или стратегия имеют положительный результат, они официально рассматриваются на собрании, а затем на общей конференции, после чего рекомендуются для использования другим родителям.

Целью такого стремительного и интенсивного изучения является быстрое доведение информации до родителей и специалистов, которым она может потребоваться.

Так как нет никаких гарантий, что какое-либо мероприятие поможет конкретному ребенку, участники проекта «Победим аутизм сейчас!» не указывают никому, какой метод применять. Предоставляя нужную информацию, они оставляют за родителями и врачами возможность самостоятельного выбора методов лечения. Результат — постоянно

растущее количество аутичных детей, которые быстро прогрессируют, а некоторые даже выздоравливают полностью.

Да, конечно, получить назначения, список необходимых анализов и рекомендаций по вводу добавок полезно было бы каждому родителю, начинающему лечение аутичного ребенка. Но где взять этого самого ДАН! врача, если ты не живешь в Америке, или не имеешь денег на вояжи туда, или не знаешь английского языка? Даже в Европе не каждая страна может предложить хотя бы одного ДАН! доктора. Зарегистрированных ДАН! имеет Франция, Германия, Испания по одному доктору, Дания и Норвегия одного на две страны, а Швеция вообще ни одного. Есть ДАН! в Польше и Турции, пять ДАН! в Англии. Но жителям России трудно к кому-либо обратиться - в основном мешает языковой барьер. Если же вы владеете английским и у вас достаточно средств, то вы можете поехать на консультацию в Америку. Хотя ситуация пока такая, что даже не каждый город в Америке имеет своего ДАН!

Но на дворе XXI век, когда анализы могут быть отправлены через полмира в разные лаборатории, а потом результаты — в любой конец земли через интернет. Так что вам мешает в вашей работе?

Если же у вас есть возможность приехать к ДАН! на консультацию раз в полгода или раз в год, а остальное время вы переписываетесь раз в неделю по электронной почте и один раз в месяц разговариваете по телефону, то для отслеживания и корректировки лечения это вполне достаточно. Или другая альтернатива — вы выходите на вебсайт доктора и получаете видеоконсультацию. Например, есть доктор Курт Веллер, зарегистрировавшись у которого на сайте вы получаете и видеоконсультацию, и письменные назначения.

Чудесно! Но если у вас нет на это денег, хотя вы и живете в Америке, или как врач вы хотели бы составить свое представление о ДАН! лечении, что тогда? Тогда есть книги. Так получается, что люди, в чью жизнь врывается аутизм, не остаются равнодушными, и, начав борьбу

за здоровье ребенка в своей семье, многие горят желанием помочь другим и пишут замечательные книги, помогающие в лечении детей.

Одну из таких книг-справочников написала Жаклин МакКандлесс – бабушка аутичного ребенка. Она была преуспевающим врачом-психиатром и с успехом занималась проблемами семьи и супружеских взаимоотношений. Она – мать пятерых детей и бабушка тринадцати внукам. Жаклин вплотную занялась изучением аутизма более 14 лет назад, когда у ее трехлетней внучки Челси был диагностирован аутизм. Начиная с этого времени она посвятила всю себя изучению этого вопроса. Она не только стала ДАН! врачом, но и приняла активное участие в разработке программы подготовки ДАН! докторов. Она активно ездит по миру с консультациями и лекциями, но самое главное, она автор книги: «Дети, у которых голодает мозг». Эта книга написана ею как учебное пособие для врачей и родителей. Жаклин поставила перед собой задачу создать книгу, которая стала бы путеводителем по всем ДАН! протоколам. Причем путеводителем, который могли бы легко прочитать и использовать как врачи - для самообразования, так и родители, которые по различным причинам не могут встретить ДАН! или не могут оплатить их услуги.

МакКандлесс считает, что родители могут освоить метод биокоррекции и работать самостоятельно, поскольку для лечения используются натуральные средства, и методы биокоррекции основаны на уникальности состояния каждого ребенка и индивидуальном подборе доз, который невозможен без активного вмешательства человека, наблюдающего за ребенком ежедневно. Эта книга выдержала уже четыре издания и на сегодняшний день является энциклопедией по всем вопросам лечения аутизма.

Доктор МакКандлесс дала много полезных практических советов в своей книге. В ней она неоднократно повторяет, что родители, наблюдающие развитие своего ребенка, лучше понимают его состояние и часто интуитивно находят правильные пути для его

лечения. Она не стесняется говорить, что училась у многих родителей и считает их опыт бесценным в развитии новых подходов в лечении. Все, кто покупает ее книгу, получает доступ на ее сайт, где они могут задать ей свои вопросы и активно общаться друг с другом. Многие я почерпнула на ее сайте. Я задавала много вопросов и не было случая, чтобы я не получила исчерпывающего ответа от МакКандлесс. Отвечая, она никогда не прячется за формулировками типа «я не видела вашего ребенка» или «мне нужны анализы», МакКандлесс исходит из здравого смысла и говорит о том, что биокоррекционный подход использует пищевые добавки в таких дозах, что не может навредить.

Есть еще книга-справочник «Аутизм: эффективное биомедицинское лечение», написанная ДАН! врачами Джоном Пангборном и Сидней Мак-Дональдом Бэкером. В ней дается неплохое описание основных биокоррекционных добавок и понятие о биохимических процессах в мозге, рассматриваются вопросы работы ЖКТ и освещаются основные направления лечения аутичных больных. Если говорить о концепции книги, то, на мой взгляд, она логична и хорошо структурирована. В ней прекрасно изложено обоснование специализированной системы питания БГ/БК/БС (безглютеновой/безказеиновой/безсоевой) диеты и концепция лечения ЖКТ, которая включает в себя борьбу с патогенной флорой. Такая борьба обычно занимает от 5 месяцев до года, в течение которых осторожно вводится так называемый базовый протокол добавок, основанный на необходимости восполнения питательных веществ, которые ребенок не может получить отчасти по причине исключительной диеты, но главным образом по причине неспособности воспаленного ЖКТ выделить эти вещества в процессе пищеварения. Далее хорошо описаны все добавки и даны рекомендации по их вводу.

Таким образом, изучив эти и подобные им книги, вы можете пуститься в самостоятельное плавание. Доказательством возможности работать самостоятельно и получения прекрасных результатов является книга Даны, которая называется «Взгляд Даны».



Практическое понимание аутизма».

Дана — мама четверых детей, двое из которых в раннем детстве имели аутизм в разной степени тяжести. Один из ее сыновей получил от рождения диагноз тяжелый аутизм Каннера. Врачи были единодушны в своем приговоре: ребенок никогда не будет что-либо понимать, говорить или функционировать адекватно. Дана предложили сдать его в интернат и сосредоточиться на тех детях, кому еще можно как-то помочь. Денег на оплату ДАН! врачей для двух детей у семьи не хватало. Купив несколько книг по проблеме, Дана засела за их изучение и пришла к выводу, что она ничем не рискует, если будет вводить все протоколы сама согласно приведенной системе. Дана не только восстановила полностью одного сына, чье состояние было менее тяжелым, но и сотворила чудо для безнадежного малыша. Ее сыну с диагнозом тяжелый аутизм Каннера сейчас четырнадцать лет, и Дана лечила и учила его сама. Ребенок не мог даже ползать и не реагировал ни на какие раздражители. Сегодня он разговаривает, читает и считает, общается со своими родственниками и друзьями — соседскими мальчишками, и достиг уровня развития девятилетнего ребенка! Дана активно работает на сайте «Аутизм-Меркури» и делится своим бесценным опытом с другими родителями.

Этот сайт родился в 2002 году и насчитывает несколько тысяч родителей, большинство из которых лечат своих детей самостоятельно. Сайт этот — кладезь информации, и многие члены нашего форума, знающие английский язык, работают там тоже. Мы перевели много важных статей этого форума на русский язык для участников нашего сайта.

Что касается русскоязычной информации, то сейчас у вас есть моя книга и существует наш родительский форум на сайте «Аутизм. Помощь родителям», и вам будет гораздо легче начинать восстановление своего ребенка самостоятельно, если у вас нет возможности для поездки за границу к ДАН! врачу.

## **Часть II. Система питания как основа успешной биокоррекции**

### **Связь кишечника и психологии**

Подтверждения существования связи кишечника с психологией мы наблюдаем каждый день, но не отдаем себе отчета, хотя эти факты сыплются на нас как из рога изобилия!

Вот самый простой пример – вы после работы голодным идете в магазин покупать продукты. Ваша покупка будет содержать массу ненужных продуктов, и вы потом сами удивитесь тому, что вы их купили. Психологи установили, что при заключении договоров и сделок все участники переговоров должны быть сытыми, чтобы выработать оптимальные условия и достигать компромиссов. Голодные бизнесмены менее уступчивы.

Многие психиатрические болезни напрямую связаны с ЖКТ – и булимия, и анорексия, и шизофрения сопровождаются сбоями в питании и расстройствами пищеварительной системы.

При такой болезни как целиакия (непереносимость глютена), известным проявлением как раз является не только воспаление ЖКТ, но и психические отклонения – приступы агрессии, истерики, даже видения.

Исследователи сделали вывод, что многие случаи шизофрении относятся к целиакии, или непереносимости глютена, и могут быть успешно вылечены безглютеновой диетой. Как и целиакия, шизофрения охватывает примерно 1 % населения. Шизофрению называют в первом десятке причин нетрудоспособности населения во всем мире. В работах многих исследователей отмечено, что у

некоторых пациентов замечено существенное уменьшение или даже полное исчезновение шизофренических симптомов после того, как они лечились строгой безглютеновой диетой.

Синдром «раздраженной кишки» или «протекающего кишечника» часто связывают со стрессовыми состояниями, но мне кажется, что часто путается причина и следствие. Не желудочно-кишечный тракт страдает от психического состояния, а, как в первых простых примерах, заболевание ЖКТ приводит к изменению психического состояния и порой усугубляется психическим состоянием, создавая такой замкнутый круг.

Таким образом, правильная система питания, а иными словами - специальная диета может значительно улучшить психическое состояние человека и качество его жизни, хотя сама по себе она не даст излечения, но станет основой для стабильности, даст возможность ввести необходимые мозгу питательные вещества и позволит иммунной системе - самому лучшему нашему врачу — помочь организму.

Многие взрослые люди, страдающие глютеновой непереносимостью, замечают изменение психического состояния при нарушении безглютеновой диеты и могут хорошо его описать.

Как-то я разговаривала с психологом-консультантом Аурель о том, что боюсь того времени, когда она вырастет и не захочет держать диету. Оказалось, что наша консультант сама страдает целиакией, и она рассказала мне, что нарушение диеты приводит к состоянию, когда она не может сконцентрироваться и выполнять даже те операции, которые доведены до автоматизма. Это настолько неприятно, что она предпочитает очень строго соблюдать правила. Она рассказала, что однажды обедала в ресторане и, как всегда, объяснила все официанту, но он, видимо, не все понял, и она получила соус, в который была добавлена пшеничная мука. Через 30 минут, выйдя из ресторана, она почувствовала себя странно, ей было сложно концентрироваться.

Тогда она подумала, что устала. Перед рестораном стояла ее машина. Она села в машину и не смогла дать задний ход, чтобы выехать. Было такое чувство, что она никогда не могла выполнять эту операцию, хотя водила уже 20 лет. Она вернулась в ресторан и выяснила состав заказанных ею блюд. После этого она уже не удивлялась, а просто попросила первого подъехавшего к ресторану вывести ее машину на дорогу с парковки. Потом она села за руль и медленно-медленно поехала по прямой.

Очень интересен в этом плане рассказ молодой девушки, что жила без забот до 16 лет, а потом после неудачной прививки в ней произошли значительные перемены. Она стала замкнутой, истеричной, возникли проблемы с концентрацией внимания. Ее стали преследовать мысли о том, чтобы свести счеты с жизнью. Ей посоветовали изменить систему питания и убрать казеин и глютен. И тут, как по мановению волшебной палочки, стали происходить изменения, которые она описала в своем дневнике так:

«Третий день на диете. Я чувствую себя странно... Туман в мозгу как бы колыхается, он не такой черный и, кажется, возникают какие-то просветы».

На 4-5 день она написала, что чувствует себя больной как в предгриппозном состоянии. Как-то «нехорошо в желудке» и самое главное – какие-то тянущие боли в основании черепа и в кистях рук. Появляется постоянное и навязчивое желание что-нибудь съесть (хлебушка, конечно). Она залезает в интернет и находит – тянущие боли и вообще все состояние полностью совпадает с описанием наркотической ломки. При этом отмечает, что «туман стал совсем прозрачным».

5 день. «Странно, мне кажется, у меня стало лучше зрение»...???

7 день на диете. Плачет от радости. «Я как заново родилась. Я могу мыслить, я могу читать, мне хочется общаться. Мне ХОЧЕТСЯ ЖИТЬ!»

9 день. «Я теперь засыпаю легко и радостно. Раньше засыпание

было похоже на проваливание в черную яму. И просыпаюсь легко, не чувствую себя усталой».

Про зрение: «Я поняла, это не само зрение улучшилось. Просто раньше, когда я смотрела в зеркало, я видела только отдельные детали – глаза, нос, губы. А теперь я могу видеть все лицо как единое целое».

Выходила в город за продуктами, а после записала: «А совсем не чувствовала себя усталой, никакой паники от толпы. В первый раз за много лет мне было даже интересно в магазине, было интересно рассматривать людей».

После встречи с подругой появилась еще одна запись: «Как хорошо! Мне было так интересно разговаривать. Раньше через 15 минут я уже всегда мечтала, чтобы все поскорее закончилось, потому что было трудно концентрироваться на разговоре. А теперь мы проговорили два часа и мне было очень интересно».

Теперь я не боюсь, что я изменюсь и стану как все. Все мои знания, мои эмоции, моя личность остались при мне. Просто мне стало легче общаться, легче управлять своими эмоциями, просто стало ЛЕГЧЕ ЖИТЬ. Если даже мне что-то не нравится, это не приводит меня в состояние неконтролируемого бешенства. Вместо постоянной депрессии и нежелания жить я теперь снова могу радоваться жизни!

Пропали постоянные головные боли. Приятным сюрпризом оказалось то, что исчезла чувствительность на погоду. Раньше перед изменением погоды были пронзающие головные боли, теперь их нет».

Все это свидетельства людей, которые были настолько адекватны, что сумели описать свои состояния четко. Когда же мы говорим о детях, страдающих синдромом аутизма, мы должны помнить о том, что они маленькие, не могут говорить или не достигли такого уровня развития, когда могут четко описать свои ощущения. Как тогда разобраться в их состоянии?

Но не волнуйтесь, вы сами увидите как это легко, поскольку те родители, которые последовали совету АRI и ДАН! докторов и перевели

на диету своих детей, говорят о множественных позитивных изменениях после этого шага:

- уменьшается или прекращается хождение на цыпочках;
- улучшается сон, дети перестают регулярно просыпаться по ночам;
- снижаются нервозность и истеричность;
- исчезает агрессивность;
- снижается сенситивность (чувствительность) — дети перестают шарахаться от прикосновений, бояться звуков — работающего пылесоса и т.д.;
- дети перестают биться головой об стену;
- снижается самоограничение в еде, набор употребляемых продуктов расширяется;
- улучшается состояние кишечника, прекращаются поносы и запоры;
- улучшается восприятие обращенной к ним речи и адекватность поведения в различных ситуациях;
- 60 % детей делают успехи в развитии глазного контакта, речи, социализации.

Кстати, в глазном контакте, с моей точки зрения, есть очень много непонятностей. Каким он должен быть, как долго ребенок должен смотреть вам в глаза и как быть, если есть культуры, где в поведении людей не принято долго смотреть в глаза друг другу - это расценивается как вызов. Но вы должны понять, что аутичный ребенок часто не может смотреть вам в глаза, ему трудно концентрироваться и даже может быть страшно или неприятно.

Одна мама написала так: «Я мама семнадцатилетнего неговорящего ребенка с аутизмом. У меня самой есть проблемы с глазным контактом. Если я смотрю в лицо человеку некоторый период времени, больше чем несколько секунд, то его лицо начинает изменяться и искажаться, как будто оно сделано из размягчающегося воска, или оно вдруг оборачивается, как негативная фотография. Это очень мешает и

раздражает».

Сразу можно сказать, что у мамы тоже есть проблемы, но она спокойно с ними живет. Вот это и есть высоко функциональный синдром Аспергера. Она умеет держать себя в руках и приучила себя избегать сложностей. Но я уверена, что она часто срывается, устает, раздражена.

Да и как можно смотреть в глаза, если у тебя такая проблема, как описал семилетний мальчик с синдромом Аспергера. Ребенок никогда не мог понять, что у других людей нет таких странных ощущений, как у него, а после двух месяцев диеты он рассказал о замечательных изменениях в его жизни своей маме, а она написала об этом на сайте: «Мой сын говорит, что больше у него предметы перед глазами не уплывают. Надеюсь, что и вправду диета такие улучшения дает!»

Конечно, дает!

Я заметила, что родители аутичных детей после ввода диеты для ребенка часто потом и сами переходят на безглютеновое и безказеиновое питание. Я сама недавно выяснила, что макароны, булки лежат у меня в желудке тяжелым камнем, и мое самочувствие гораздо бодрее и лучше, если я ем безглютеновые продукты.

Мой муж, который страдает изнуряющими головными болями, согласился попробовать диету и уже после месяца диеты мы увидели, что с его частыми головными болями стало легче справляться. Если раньше для этого требовались сильные медикаменты, то сейчас достаточно простых средств, например, натереть затылок бальзамом «Звездочка» или пихтовым маслом.

Мы поняли это после того, как он съел булку с колбасой, и вечером головные боли вернулись в полном объеме. Теперь по крайней мере он на себе ощутил всю пользу диеты, которую мы ввели для Аурель.

Моя дочь с детства и до недавнего времени страдала легкими необъяснимыми тошнотами, которые бесследно пропали после ввода диеты.

Таким образом, получается, что состояние ЖКТ и психические расстройства лежат гораздо ближе друг к другу, чем я об этом думала раньше. На самом деле оказывается, что в пищеварительной системе пациента заложен ключ к его психическому состоянию. Кроме детских расстройств, таких как аутизм, СДВГ/СДВ, дислексия, диспраксия и различные нарушения обучения и поведения, существует еще одна группа расстройств, которую можно отнести к тому же синдрому. Это шизофрения, депрессия, маниакально-депрессивный психоз или биполярное расстройство и навязчивые неврозы. Отец современной психиатрии француз Филипп Пинель (1745-1828), проработав с психическими больными много лет, в 1807 году сделал заключение: «Первичная основа

безумия лежит в районе желудка и кишечника». И тем не менее, пищеварительная система пациента — это последнее, на что современный психиатр обратит внимание.

## **Синдром «протекающего кишечника» и аутизм**

Синдром «протекающего кишечника» в сегодняшней жизни диагноз нередкий, чаще всего возникает в возрасте старше шестидесяти лет и у детей до семи лет. Причины этого могут быть разные: у людей старшего возраста — это чаще всего воспаление и плохая регенерация тканей, а у детей — лактозная недостаточность, что тоже приводит к воспалениям. Воспалительные процессы практически всегда связаны и с дисбиозом кишечника (состояние, когда полезные бактерии погибли в кишечнике и их место заняли разросшиеся патогены).

Отчего же стенки кишечника стали «протекающими»?

Большинство видов грибков и плесени в процессе своей жизнедеятельности выделяют продукты, являющиеся токсичными для человека. Одним из таких выделяемых побочных продуктов является фермент, который позволяет грибкам проникать глубоко в стенки



кишечника, что и способствует их истончению и приводит к нарушению, получившему название синдром «протекающего кишечника». Грибковые токсины буквально «просверливают» микроскопические дырочки в стенках кишечника, откуда и проникают в кровоток различные токсичные молекулы, непереваренные цепочки белков и углеводов. Эти токсины часто становятся причиной различных болезней ЖКТ, аллергий, включая синдром «раздраженного кишечника», хронический запор или понос. Эта повышенная проницаемость ведет к тому, что молекулы продуктов пищеварения и жизнедеятельности кишечной флоры, как бы «протекают» через эти проницаемые стенки и оказываются за пределами кишечника, там, где они никогда быть не должны.

Было выдвинуто предположение, что изменение структуры стенки кишечника приводит к дрейфу больших белковых молекул за его пределы, которые у здорового человека обычно расщепляются в кишечнике на меньшие фрагменты и никогда не попадают в кровь нерасщепленными. Поскольку из здорового кишечника такие большие белки не могут появляться в кровотоке, то иммунная система принимает их за враждебные организмы и начинает вырабатывать антитела против них, стремясь уничтожить. Вот тут и начинаются различного рода аллергические реакции, развиваются аутоиммунные заболевания, и воспаление кишечника становится хроническим. Если такое воспаление происходит в суставах, то развивается аутоиммунный артрит. Если воспаление в кровеносных сосудах, то возникает васкулит (воспаление кровеносных сосудов). Если воспаление происходит в легких, приступ астмы возникает каждый раз, когда человек употребляет пищу, которая вызывает производство таких аутоантител. Нетрудно понять, что пищевые аллергии как следствие синдрома «протекающего кишечника» могут воздействовать на любой орган.

Но страшно не только это. Еще страшнее, когда в «протекающий

кишечник» вываливаются споры кандиды и кандидоз становится системным. Эти споры вполне могут попасть в мозг, разрастаться там и вызывать дикие головные боли.

Тяжелые состояния аутичных детей часто не замечаются из-за обезболивающего эффекта опиатов глиадоморфина и казоморфина, поэтому родители бывают просто в шоке, когда при переходе на диету дети через некоторое время становятся абсолютно неуправляемыми.

Современные исследования ARI показывают, что в очень многих случаях аутизм является дисфункцией иммунной системы, и проблемы поведения и неправильного функционирования мозга как раз и являются следствием такой дисфункции. Эта дисфункция не только приводит к трудностям с расщеплением казеина и глютена, но может также вызвать трудности с расщеплением других пищевых продуктов, которые тоже содержат сложные белковые молекулы или фенолы (дефицит фермента фенолсульфотрансферазы). И мы наблюдаем аллергические реакции и реакции непереносимости как реактивный ответ на другие аллергены. И хотя в этом случае и не происходит опиатных отравлений мозга, как в случае с протеинами глютена и казеина, но поведение и состояние ребенка не улучшаются.

Помимо этого при «протекающем кишечнике» в организме создается дефицит многих минералов, так как различные транспортные белки в желудочно-кишечном тракте, необходимые для переноса минералов из кишечника в кровь, повреждены в результате воспаления. Например, дефицит магния является обычным при фибромиалгии, несмотря на высокое дополнительное потребление магния с пищей. Если белок для транспорта магния поврежден, в результате малабсорбции развивается магниевый дефицит.

Термин «малабсорбция» в буквальном переводе означает «плохое всасывание». Среди заболеваний тонкого кишечника, приводящих к развитию синдрома малабсорбции, центральное место занимают кишечные ферментопатии (энзимопатии) – патологические состояния,

обусловленные отсутствием или снижением активности одного или нескольких кишечных ферментов.

Так, например, дисахаридазы тонкого кишечника (лактаза, мальтаза, инвертаза, трегалаза) обеспечивают процессы гидролиза углеводов-дисахаридов (например, столовый сахар, лактоза молока, солодовый сахар, и другие). Недостаточность этих ферментов клинически проявляется синдромом непереносимости и нарушением всасывания продуктов питания, содержащих соответствующие углеводы. Наиболее часто встречается врожденный или приобретенный дефицит лактазы, расщепляющей молочный сахар (лактозу), что сопровождается непереносимостью молока и молочных продуктов. Невозможность правильного расщепления и усвоения лактозы (или других дисахаридов) приводит к тому, что они остаются в кишечнике и служат пищей патогенным бактериям, которые при этом быстро вытесняют полезную флору кишечника. Кишечный дисбактериоз в таких случаях неизбежен и приводит к разрастанию патогенной флоры и еще большему поражению стенок кишечника. Образуется порочный круг, который не разорвать. Хроническое воспаление ведет к гастриту, мальабсорбции и синдрому «протекающего кишечника». Дефициты полезных веществ накапливаются.

Какие же проблемы мы можем видеть у аутичных детей в результате подобных отклонений от нормы? При дефиците магния могут наблюдаться боль в мышцах и судороги, хождение на носочках. Дефицит цинка может привести к выпадению волос, явлениям атопического дерматита, плохому синтезу белков в организме и плохой работе всей иммунной системы, поскольку цинк участвует во многих важнейших процессах. С дефицитом цинка может быть связан целый спектр неврологических и нервнопсихических расстройств - эпилепсия, шизофрения, рассеянный склероз, болезнь Хантингтона, дислексия, острый психоз, слабоумие, патологическое отвращение к еде, нарушение внимания и депрессия.

В результате малабсорбции кальция, бора, кремния и марганца развиваются проблемы с костями.

Таким же образом происходит и нарушение транспорта многих других питательных веществ, электролитов, витаминов и аминокислот, что приводит к усталости и раздражительности, головным болям, ослаблению памяти и концентрации внимания, развивается голодание мозга при внешне абсолютно нормальном питании.

Все это производит достаточно удручающее впечатление, особенно если вы видите своего ребенка и понимаете, что его диагноз входит в тот спектр, о котором я рассказываю.

Таким образом, единственно правильное решение для такого ребенка – ввод системы питания, при которой организм сможет начать восстанавливаться. Эта система питания требует, чтобы ни глютен, ни казеин в организм не попадали и были выведены все продукты, которые поврежденный кишечник не в состоянии переваривать.

Введение такой диеты и есть начало лечения «протекающего кишечника»!

Но помните, если диета не выполняется полностью, то эффекта от такой диеты не будет никогда. Не думайте, что небольшое количество глютена или казеина не может повредить. Даже небольшое попадание глютена все равно может вызывать опийный эффект. Больше того, от ввода постоянно повторяющихся микродоз наркотика с последующей «ломкой» в его отсутствие организм будет получать каждый раз дополнительный стресс. Это может привести к срыву нервной системы и нанесению еще большего вреда ребенку.

Поэтому те, кто решил начать диету, должны абсолютно исключить поступление глютена и казеина в организм. Продукты, которые содержат даже просто следы этих веществ, не подходят нашим детям.

Программа восстановления кишечника кроме диеты включает в себя также необходимость регенерации кишечной флоры и введение ферментов для лучшего переваривания пищи. Все это время

необходимо поддерживать диету в полном объеме.

Многие родители спрашивают, как долго придется поддерживать диету? Простого ответа на этот вопрос нет, это может быть несколько лет, а может быть и всю жизнь, если это нужно.

Очень важно понять, что любой продукт, вызывающий аллергические реакции или непереносимости, - это потенциальный враг ЖКТ, и хотя не отравляет мозг опиатами, но задерживается полупереваренным грузом в кишечнике и дает возможность различным патогенам усиленно размножиться и выбрасывать в организм ребенка продукты своей жизнедеятельности, которые для ребенка будут являться токсинами. Стенки кишечника в этом случае останутся раздраженными, «протекающими», и в кровь будут поступать совсем ненужные токсичные элементы.

Таким образом, пока кишечник воспален, у детей будет сохраняться или усиливаться гиперактивность и другие нарушения поведения, пищевые добавки будут усваиваться много хуже, а часто вообще не будут усваиваться и только еще более провоцировать разрастание в кишечнике патогенной среды.

Правильный подбор продуктов в рационе ребенка освободит его от проблем пищеварения, вызванных продуктами непереносимостями, и даст возможность кишечнику залечиться.

Не последнюю роль на этом этапе играют энзимы – ферменты для переваривания пищи, пробиотики, помогающие заселить кишечник полезными бактериями; гепатопротекторы – средства для восстановления печени, и, конечно, постоянная борьба с патогенной средой и паразитами в кишечнике.

Процесс восстановления ЖКТ длительный и на него в лучшем случае уходит год, иногда больше, иногда результат не будет достигнут и за 3 года. Много зависит от начального уровня проблем, вашего понимания ситуации и окружающих вас врачей – хороший детский врач поможет найти лечение и для гастрита, и для рефлюкс-эзофагита,

ведь часто проблемы могут быть спрятаны так глубоко, что выявление их можно сравнить с распутыванием детективной истории.

Следовательно, без упорной работы родителей врачи все равно будут бессильны. Ведь только родители могут обеспечить правильную диету, без которой никакие врачи и никакие таблетки не принесут пользы.

Известно, что состояние «протекающего кишечника» часто сопровождается диареей или запорами, однако мне хочется обратить особое внимание на запоры. Так уж происходит, что родители больше заботятся и реагируют, если стул ребенка не оформлен и частый, чем если ребенок имеет привычные запоры и задержку стула на 2 – 3 дня. В таких случаях родители спокойны и часто даже не обращаются по этому вопросу к врачам. Но еще страшнее философия докторов, которые пытаются убедить беспокоящихся родителей, что, мол, это не запоры, а нормальное функционирование организма. Я сама так думала долгое время, пока не прочитала в книге доктора Бэкера о необходимости ежедневного стула у любого человека как основной индикации правильно работающего ЖКТ.

Что же получается, если не происходит ежедневное опорожнение кишечника? Первое, в результате длительной задержки каловых масс в кишечнике начинается обратное всасывание токсинов из кала в кровь, это ведет к дополнительному отравлению организма. Второе, затрудняется расщепление и всасывание тех витаминов, минералов и лекарственных веществ, которые вы будете вводить для поддержания нормальной работы мозга и иммунной системы, т.к. они будут просто поглощаться накопившимся объемом каловых масс.

При постоянных запорах вы просто обязаны с самого начала диеты добиваться регулярного освобождения кишечника. На первых порах можно использовать слабительные средства и очищающие клизмы, однако необходимо активно искать причины запоров.

Существует много слабительных средств, и вы можете выбрать то,

что будет хорошо для вашего ребенка. Это может быть и сушеный чернослив, и минеральные негазированные воды, и микроклизмы с минеральными маслами и ромашкой, различные травяные слабительные и многие другие народные средства, не противоречащие диете и биокоррекции.

Как только вы наладите более или менее нормальное функционирование кишечника, можете приступать к применению следующих способов для восстановления работы других участков организма.

Каждый родитель должен хорошо понимать, что на одной лишь диете полное восстановление ребенка невозможно, но без диеты, как базиса и основы, не будет работать система биокоррекции, и все ваши усилия и деньги, потраченные на ввод необходимых питательных веществ, не принесут никакого успеха. Больше того, попытки ввода таких веществ могут спровоцировать неконтролируемые процессы в организме, которые могут навредить вашему ребенку.

Поэтому отнеситесь ответственно и серьезно к вводу диеты и лечению ЖКТ как главному этапу всего процесса восстановления.

## **Исключающая диета при аутизме**

С чего лучше всего начинать диету? Естественно, с вывода главных опийных продуктов, содержащих плотен и казеин. Но помните о том, что резкое прекращение употребления привычных продуктов, всего за один день, не самый лучший способ, когда речь идет о больных детях. Они ведь иногда будут проходить самую настоящую «ломку». Поэтому действовать надо планомерно. Начнем, к примеру, с молочных продуктов. За неделю надо исключить все, включая кефир.

Наслушавшись о его пользе и источнике полезных бактерий для желудка, многие не осознают, что ферментация не изменяет молочного протеина (казеина), который содержится в кефире, так же как и в сыре,

твороге и других продуктах, производимых от молока. Как правило, молочный сахар (лактоза) тоже составляет большую проблему для аутичных детей, и если подумать, что большинство пищевых аллергиков в мире как раз страдают аллергией на лактозу, то самое лучшее – всегда следить за тем, чтобы она не присутствовала в пище.

Когда вы будете исключать молочные продукты, то помните, что это означает удаление ВСЕГО молочного: молоко, масло, сыр, творог, сметана, кефир и т. д., а также покупные продукты, включающие ингредиенты типа «казеин» и «сыворожка», или те ингредиенты, в названии которых содержится слово «казеин», «молочный протеин», «лактоза», «молочный сахар».

Читайте ярлыки – продукты типа безглютенового хлеба или консервированного тунца часто содержат ингредиенты молока. Готовые мясные изделия - сосиски, колбасы, даже ветчина почти всегда содержат молочный протеин и/или лактозу.

Исключая молочные продукты, не затягивайте этот процесс, поскольку ребенок может начать отказываться есть и будет цепляться до последнего за продукт, содержащий наркотик. Я помню рассказ мамы, которая не вывела из рациона кефир, и ребенок перестал есть вообще, похудел и находился через месяц в таком ужасающем состоянии, что мама отказалась от мысли ввести диету и вернулась к обычному питанию. Поскольку при аутизме нет никакого лечения или помощи, кроме диеты и биокоррекции, мама через три года пришла к нам на сайт и попросила помочь ей ввести диету. Вот тогда она поняла свою ошибку и на этот раз диета была введена легко в течение трех недель.

Итак, как только вы убрали молочные продукты, приступайте к выводу хлебобулочных изделий.

Помните, что плотен содержат: пшеница, овес, рожь, ячмень, такие типы пшеницы камют, спелт, семолина, а также продукты, произведенные из них, такие как солод, пшеничный крахмал, алкоголь



из зерна, и большинство пищевых продуктов, продающихся готовыми, - даже те, в составе которых не указаны глютеносодержащие ингредиенты.

Некоторые родители говорят, что реакция их ребенка была более очевидной при выводе молочного, а другие — что при выводе глютена. К сожалению, глютен выходит из организма дольше, чем казеин.

Состояние детей, которые едят много глютеносодержащих продуктов, как правило, улучшается, когда глютен убирают.

Если выведение из меню глютена или казеина в первую неделю сопровождается ухудшением или регрессом (реакция абстиненции, или «ломка»), продолжайте диету — это показатель того, что вы на правильном пути и состояние ребенка улучшится на диете.

Если вы читаете эту книгу не из праздного любопытства к проблеме и у вас дома есть такой больной, то вы сразу воскликнете: «А что же тогда есть моему ребенку? Он же только молоко с хлебом и ест!» Я вас уверяю, что практически все, кто приходил ко мне на сайт или к ДАН! врачам, говорили то же самое, только с разными вариациями: спагетти с глазированными сырками, вермишель с йогуртом, сыр с хлебом и т. д.

А где вы читали или слышали о наркоманах, которые не употребляют свой наркотик? Или добровольно от него отказываются?

Ввод диеты иногда может быть делом сложным и просто так лишиться наркотика удается не всем и не в один день. Поведение ребенка может резко ухудшиться, могут усилиться истерики, самостимуляции. Он может отказываться есть предложенные продукты, потому что в них нет его наркотика. Нередко наступает настоящее состояние «ломки», какое бывает у наркоманов. Ребенок может быть бледным, слабым, потливым, усилятся истерики и даже агрессия, он может бегать по дому, все расшвыривать и искать свой наркотик.

Вам даже может показаться, что этого совсем не нужно было делать, что ребенку только хуже и он никогда не согласится есть другую пищу.

Бояться такого состояния не надо, нужно только помочь в это время ребенку, давая активированный уголь или энтеросгель и обязательно больше жидкости и физической нагрузки.

Еще ни один ребенок не умер с голоду при вводе диеты и все они, пройдя состояние «ломки», начинали есть предлагаемую им еду. Кроме этого, обычно исчезало самоограничение в еде, увеличилось разнообразие употребляемой детьми пищи.

Если вдуматься, то наша классическая домашняя кухня и так почти безглютеновая и малоказеиновая. Такие блюда, как мясо с рисом или картошкой, всегда были основой русской кухни. Мясные и овощные котлеты, голубцы, омлеты не потребуют специального обучения, это умеет делать каждый. Трудности возникают только с безглютеновой выпечкой, к которой придется приспособиться. Хотя убеждение в том, что в питании должно быть много хлеба и выпечки — это больше тоже наша привычка и наше удобство, а вовсе не обязательный элемент питания.

Но пройдет совсем немного времени, и вы освоите все премудрости выпечки. Когда я начинала делать привычные нам оладушки, но уже из тех продуктов, которые были позволены нам на диете, то сама думала, что есть это невозможно и никогда не будет возможно! Но на сегодняшний день мой муж с огромным удовольствием ест еду, которую я готовлю для Аурель.

Не думайте, что вы будете обязательно страдать, если будете употреблять иной набор продуктов! Есть масса простых и доступных рецептов, которые вы можете быстро и хорошо приготовить, а на нашем сайте многие мамы поделились своими рецептами-фаворитами, так что изобретать колесо не нужно.

И я всегда обращаюсь к вновь пришедшим на сайт мамам с призывом все готовить самим.

После того как этап приспособления к новому набору продуктов проходит, все делается автоматически и нисколько не затрудняет. Но

самое потрясающее, что после 4-х лет диеты я вообще пеку крайне редко, и кексики, сухарики мы даем по выходным как лакомства.

Основываясь на своем опыте и опыте других родителей, могу сказать, что эффект от диеты часто можно заметить практически сразу, в течение нескольких недель, но прогресс в развитии у многих может стать заметен только через 6-8 месяцев — именно столько времени занимает период вывода глютена. Казеин «выходит» быстрее — за 2-3 месяца. Из личного опыта скажу, что очистка организма может идти еще медленнее. Мы отправили мочу на определение пептидных морфинов, так называемый пептидный тест, в Америку через 2 месяца после начала диеты и получили положительную реакцию как на плотен, так и на казеин.

Но я еще раз хочу подчеркнуть, что период перехода на диету самый тяжелый и поскольку все аутисты разные, то и проблемы тут индивидуальны. Иногда ребенок так привязан к молочку и хлебу, что мясо даже не берет в рот.

Одна испуганная мама вот так писала на сайте, прося консультации:

«Вот уже шестой день как я пытаюсь ввести диету. И все эти дни он практически ничего не ест. Он и раньше ел плохо, последние несколько месяцев только овсянку, творог со сметаной, желток ну и иногда какой-нибудь фрукт или кусочек помидора, и все это под сказки, песни и т.д. Сейчас, когда я убрала овсянку и творог, у нас остался только желток и помидор. Последние два дня отказывается даже от фруктов. Ни мясо, ни картошку, вообще никаких овощей не хочет даже пробовать, не заставить никакими уловками».

Но уже через каких-то пару месяцев рацион ее ребенка выглядел куда более прилично:

«Диету мы держим. Пока что положительный результат я вижу в том, что у нас появилось хоть какое-то разнообразие в еде, Санечка стал есть кабачки, цветную капусту, мясо, рис, пшено, иногда гречку, картошку, морковку, и за последнюю неделю не было истерик, стал

чуть-чуть больше говорить своими словами, а не только Цитатами и штампованными фразами».

Вот такие кардинальные изменения произошли в рационе ребенка.

Хотя может показаться, что ваш ребенок будет голодать, если вы устранили его любимые пищевые продукты, но многие родители сообщают, что после начальной реакции абстиненции («ломки») их дети легче соглашаются есть другое. А еще через несколько недель многие дети, к удивлению родителей, сами начинают интересоваться другими продуктами и соглашаются их пробовать. Многие пишут о проснувшемся «зверском» аппетите у детей, и нередко мамы пишут на сайте, что ребенок стал не только есть намного лучше, но и разнообразнее.

Конечно, у многих дети едят неплохо, но в основном это молоко, сыр, хлопья, макароны и хлеб — у всех свои вариации и в таких случаях кажется, что если удалить эти продукты, то ребенок может умереть от истощения. Как видите из предыдущих примеров — нет, все как раз наоборот!

Но если ничего не помогает и ребенок перестает есть, то вот тут-то и стоит задуматься, значит, ваш случай тяжелый и, видимо, для «самоограничения», наложенного вашим ребенком на свой рацион, имеются серьезные основания.

У нас, например, сам переход на диету прошел как-то без затруднений, но многие рассказывают об истериках и даже отказе от еды. Такая реакция доказывает, что родители на правильном пути и надо продолжать, но не всегда это просто. Некоторые аутичные дети ни за что не начнут есть незнакомые, непривычные продукты. Поэтому помните, что перед вами хоть и аутичный, но РЕБЕНОК, а значит, его можно ПЕРЕХИТРИТЬ! Ведь он хочет обмануться и сам чувствует, что ему становится легче! Так что используйте фантазию и прислушивайтесь к голосу сердца. Если ваш ребенок отказывается от еды, то на начальном этапе ввода диеты очень хорошие результаты

может дать метод имитации и подмешивания.

Имитируйте вид привычной для вашего ребенка еды и оформляйте ее красиво. Был момент, когда я готовила кексики из безглютеновых вермишелек. Я делала из них запеканку, потом резала ее на куски и складывала в бумажные формочки для кексиков, посыпая их пудрой из молотой фруктозы. И это работало! Аурель с удовольствием их ела.

Я знала одну маму, которая собирала аккуратно вскрытые коробочки из-под йогуртов, мыла их и заполняла малиной или другой ягодой, нарисованной на коробочке. Потом она молола кокосовые стружки, разбавляла их водой до консистенции кашицы и добавляла туда же. Закрывала крышечки и залепляла их сиропом фруктозы. Ставила в холодильник, звала сына и давала ему такой «йогурт» со словами: «Вот твой йогурт, он самый вкусный».

До сих пор вместо каш я даю на завтрак оладьи, поскольку Аурель признавала только их. Я молола пшено, гречку, рис и делала сладкие оладьи на фруктозе, а несладкие с цуккини или кабачками. Эти несладкие оладьи у меня отлично идут вместо хлеба.

Но если вы столкнулись с проблемой, что ничего ввести не удастся и имитация не работает, то применяйте метод подмешивания. То есть добавляйте те продукты, что вы хотите ввести, в те, которые уже введены, или в те, которые надо вывести из меню. Начинайте с одной-двух чайных ложек на порцию и повышайте количество нового продукта.

Отступайте, если не идет сегодня, и через неделю пробуйте снова. Я вас уверяю, вы добьетесь своего!

Одна мама рассказала, что ее ребенок до диеты ел только каши на коровьем молоке и никак не хотел принять другое молоко или другой вид продуктов. Он сидел на этих молочных кашах и все. Мама оставила безглютеновые каши и начала борьбу за замену коровьего молока на соевое методом подмешивания. Начала с 10 мл на 200 мл каши и, постепенно повышая количество соевого молока, пришла к каше на

соевом молоке. Несколько раз она была вынуждена останавливаться и даже возвращаться назад, но в конце концов за полтора месяца коровье молоко было отставлено. Заменить потом соевое на рисовое, картофельное или просто воду не составило труда.

Следующим этапом борьбы был ввод мяса. Мама выбрала белое мясо курицы и стала подмешивать его в гречневую кашу. Она варила курицу, молола ее на мясорубке и подмешивала в кашу, постепенно увеличивая количество курицы и уменьшая количество Фруктозы и соевого молока, заменяя его бульоном. Каша с перемолотой курой и бульоном стала любимейшим блюдом ребенка.

Иногда, если остается только один запрещенный продукт, я бы советовала просто вывести его и все, потому что ребенок может цепляться за него как за последний источник наркотика и изнурять себя голодом в ожидании фаворита, как я уже писала в примере с кефиром. Такое резкое прекращение может как раз помочь, и ребенок, не дождавшись своего наркотика, будет есть больше той пищи, к которой вы его уже приучили, а потом и вовсе не будет так негативно реагировать на новые блюда. В каждом случае все индивидуально, но на сайте опытные мамы всегда подскажут вам правильный выход.

После того, как вы вывели опиатные продукты, вас ожидает много изменений, о которых многие никогда не задумывались, когда говорили, что их дети не имеют никаких аллергий или непереносимостей.

У многих таких детей вдруг могут начать проявляться кожные аллергические реакции на различные продукты или возникнуть пищевые непереносимости. Родители могут быть поражены этим, но и этому есть объяснение. Часто все эти реакции бывают размыты и неясны, поскольку иммунная система занята борьбой с главным врагом - опиатами, да и ребенок находится в таком состоянии, что трудно различить поведенческие реакции. Когда же опиаты пропадают, то иммунная система разгружается и может реагировать на другие

раздражители, и тогда поведенческие реакции становятся заметнее.

Надо сказать, что в результате более чем сорокалетней работы ARI по корректировке питания детей накоплен ряд рекомендаций относительно продуктов, которые всегда были «проблемными», т.е. продуктов, на которые дети, как правило, реагировали отрицательно. Такие продукты предлагается тоже исключить после того как вы вывели опийные продукты.

К таким продуктам относится соя и дрожжи. Сою вообще относят к продуктам, приравненным к глютену и казеину.

В своей книге д-р МакКандлесс указывает, что диета, которую она рекомендует своим пациентам, - БГ/БК/БезСоевая (БезГлютенная/ БезКазеиновая/ БезСоевая), поскольку соевые протеины так же сложны для переваривания, как и казеиновые. Соевый протеин по структуре удивительно похож на молочный и потому не менее двух третей людей с аллергией на молоко будут иметь аллергию также и на сою и, соответственно, схожие проблемы с расщеплением сои, как и с расщеплением молока. И хотя соевые протеины не дают опийного остатка, но непереваренные в ЖКТ они создают постоянную проблему и не дадут кишечнику восстановиться, подкармливая патогенную флору.

Поскольку синдром «протекающего кишечника» напрямую связан с разрастанием в кишечнике дрожжевой, плесневой, бактериальной и вирусной среды, то употребление в пищу дрожжевых продуктов тоже не рекомендуется при вводе диеты. Дело в том, что организм уже, можно сказать, «завоеван» дрожжами, иммунная система не имеет сил бороться с таким нашествием, а тут еще поступает пища, которая содержит остатки дрожжевых молекул. Эти частицы воспринимаются иммунной системой как опасные вторжения и начинаются иммунные процессы, выражающиеся в аллергических реакциях на такую пищу или пищевых непереносимостях. Чтобы избежать этого, в начале

диеты исключаются не только продукты, где могут быть живые плесени или дрожжи, но и грибы, являющиеся представителями гигантской плесени, а также обработанные продукты с остатками дрожжевых или плесневых частиц.

Не забудьте, что многие фрукты имеют нормальную плесневую поверхность, поскольку на их кожуру из воздуха осаждаются споры плесени и именно с кожуры начинаются процессы гниения. Поэтому, опасаясь попадания таких спор в организм, рекомендуется счищать с фруктов кожуру.

Но опасность представляют собой не только живые плесень и дрожжи, но и продукты, в которые дрожжи были добавлены для ферментирования, так как пищевые дрожжи относятся тоже к семейству дрожжей, как и патогенные дрожжи семейства кандида албиканс. Хотя после термообработки эти дрожжи уже не являются живыми, но как раздражающий фактор они все еще содержат большую опасность для иммунной системы.

Другая опасность исходит от некоторых видов углеводов. Углеводы подразделяются на полисахариды (крахмалы), дисахариды (столовый сахар, лактоза, солод) и моносахариды (фруктоза и глюкоза). Моносахариды – (углеводы, состоящие из одной молекулы), могут сразу впитываться из кишечника в кровь. Ди- и поли-сахариды должны сначала пройти расщепление в кишечнике до моносахаридов, только тогда они могут быть усвоены.

При синдроме «протекающего кишечника» переваривание полисахаридов, к которым относится и обычный сахар, становится зачастую проблемой. Нерасщепленные полисахариды не могут впитаться в кровь и остаются в кишечнике, подкармливая патогенную флору. Кроме того, сахар имеет высокий гликемический индекс. Это означает, что при употреблении сахара происходит резкий бросок уровня сахара в крови (гипергликемия). Чтобы избежать этого повышения, происходит выброс в кровь большого количества



инсулина, и в результате уровень сахара падает ниже нормы (гипогликемия). Дети обычно реагируют на эти колебания гиперактивностью, можно сказать, «лезут на стенку». Чтобы избежать этого, вместо сахара используйте в пищу фруктозу и мед – моносахариды с низким гликемическим индексом, если на них нет аллергической реакции. Глюкоза, фруктоза, мед – легко усваиваются организмом и используются для получения энергии и питания мозга. Глюкоза в данном случае хоть и полностью усваивается, т.к. не требует расщепления, но имеет самый высокий гликемический индекс, поэтому ее можно употреблять только в случаях острой гипогликемии – для срочного поднятия уровня сахара.

Очень опасны для наших детей яблоки. Этот замечательный фрукт, кисло-сладкий на вкус, очень любят все дети. Яблоки содержат пектины, яблочную кислоту, богаты железом, но абсолютно неприемлемы на биокоррекционной диете. Во-первых, яблочная кислота раздражает кишечник, во-вторых, яблоки содержат большое количество вещества арабиноза, которое и без того повышено у детей при кандидозном разрастании. Поэтому одна только дополнительная добавка этого вещества приводит к появлению симптомов, сходных с разрастанием дрожжей. Возможно, многие из вас сами когда-то испытывали эффект головокружения или головной боли, когда выпивали сразу один-два стакана яблочного сока.

Итак, вот список того, что исключается всегда – глютен, казеин, соя, дрожжи, сахар, яблоки.

Исключив вышеперечисленные продукты, пересмотрите диету еще раз, поскольку начинаете вы ее, скорее всего, при синдроме «протекающего кишечника», когда диета должна быть щадящей по типу рекомендованной при язвенном колите, но по прошествии 4-5 месяцев такая диета может быть пересмотрена.

Распространенной ошибкой является то, что в самом начале диеты вводят бобовые культуры, которые с трудом перевариваются и у

взрослых здоровых людей, а не только у детей с больным кишечником.

Белокочанная капуста тоже является грубой клетчаткой и не входит в щадящую диету. Такие специи, как чеснок, черный и красный перец, винный уксус действуют на кишечник раздражающе.

Еще чаще родители перегружают диету продуктами, на которых кандида растет как сумасшедшая — сладкая выпечка и прочие сладости, сладкие фрукты, такие как изюм, курага, урюк. Этим они только провоцируют усиленное разрастание кандиды и других патогенов, и как итог — поведение ухудшается и появляются множество других проблем.

Одна мама на нашем сайте боялась, что у ребенка трех лет без сахара будет гипогликемический криз, и ввела ему в день 40 г фруктозы. За несколько дней кандиды и другие патогены разрослись так, что ребенок стал совершенно невменяемый, начал расшвыривать все подряд и лупить все ногами.

Не забывайте, что углеводы для питания мозга ребенок получает не только из рафинированного сахара или фруктозы, но также из Фруктов и сложных углеводов — крахмалов, которые обеспечиваются всеми крупами и картошкой. А при желании вы можете ввести ребенку другие подсластители, которые не будут кормить патогенную флору. Хорошим подсластителем является стевия. Сегодня ее широко используют, и это не синтетический, а натуральный низкокалорийный заменитель сахара, который получают из травы с таким же названием.

Ни в коем случае не используйте широко распространенные синтетические подсластители. Самым опасным из них является аспартам. Уже давно доказано, что он является нейротоксином, и он запрещен к применению в ряде стран. Аспартам категорически запрещен детям аутичного спектра. Не лучше и другие подсластители. В небольшом количестве можно употреблять ксилит, хотя и им тоже увлекаться не стоит. Постарайтесь вообще отучить ребенка и себя от мысли, что все вкусное должно быть обязательно сладким. Это пойдет

на пользу вам в будущем.

Исключите глутамат натрия (MSG). Глутамат – это экситотоксин, частая причина гиперактивности. Некоторые скрытые наименования для глутамата: MSG, глутаминовая кислота, желатин, гидролизированный протеин, казеинат натрия, казеинат кальция, дрожжевой экстракт, дрожжевой автолизат, пищевая добавка E621.

Уменьшите и старайтесь совсем исключить искусственные красители, вкусовые добавки и консерванты. Они также часто вызывают у детей негативное поведение, гиперактивность и дефицит внимания.

Исключите зубную пасту с фтором, используйте пасту без фтора и без лаурет сульфата. Фтор считается нейротоксином, а лаурет сульфат – разъедающее моющее вещество. В наше время, пожалуй, лучше перейти на зубной порошок.

Покупайте по возможности экологически чистые продукты. Недавние исследования доказали полезное влияние таких продуктов на детей. В список наиболее загрязненных пестицидами продуктов на Западе (в России список, скорее всего, отличается) входят: персик, яблоко, сладкий перец, сельдерей, черешня, нектарины, клубника, листовой салат, виноград, морковь, груша.

Наименее загрязнены пестицидами: лук, авокадо, сладкая кукуруза, ананас, манго, аспарагус, сладкий горошек, киви, капуста, баклажан, папайя, дыня, брокколи, помидоры, сладкий картофель.

Исключите все транс-жиры и гидрогенизированные жиры. Транс-жиры широко обсуждаются сейчас в СМИ и общеизвестно, что они вредны для здоровья. В частности, транс-жиры занимают в мозгу рецепторы жирных кислот омега, что приводит детский мозг к голоданию. К транс-жирам относятся: гидрогенизированные масла, частично гидрогенизированные масла, маргарины, промышленное масло для жарки во фритюре (соответственно, весь жареный фаст-фуд), зачастую арахисовое масло, майонез.

Весьма проблемными являются также бананы и шоколад из-за их высокой аллергенности. Опыт показывает, что в начале лечения практически все дети плохо реагируют и на бананы, и на шоколад. Помните, что при успешном лечении через какое-то время будет возможно вернуть эти продукты назад. Но в самом начале необходимо максимально разгрузить кишечник и иммунную систему детей от всех проблемных продуктов.

После вот такой ревизии непереносимостей, относительно общих для большинства детей, можно взяться за выявление индивидуальных непереносимостей методом исключения.

Но в начале, чтобы улучшить пищеварение, залечить кишечник и уменьшить количество непереваренных остатков в стуле, надо ввести ферменты. Даже если вам кажется, что проблем с кишечником вы не наблюдаете, то делайте это все равно. Опыт показывает, что эти проблемы просто завуалированы. Из ферментов это может быть Креон, я знаю многих, кто использовал его весьма успешно, а может быть какой-нибудь препарат на основе растительных ферментов (такие ферменты обычно приобретаются за рубежом, более подробную информацию о них вы можете узнать на нашем форуме).

После того, как вы ввели ферменты, понаблюдайте, как идет пищеварение ребенка, и нет ли непереваренных остатков, запоров или поносов, а главное кожных реакций. Если вам удалось добиться более или менее приемлемого результата на каком-то минимальном количестве продуктов, то задержите этот набор на четыре дня. В качестве примера приведу наш начальный набор продуктов: картофель, телятина, кабачок или цуккини, вода, яйца, оливковое масло холодного отжима, груши, фруктоза, какие-то специи: петрушка, укроп, лук.

Чтобы увидеть, не является ли какой либо продукт из этого набора проблемным, помните, что чисто технически считается, что продукт покидает организм в течение четырех дней, поэтому исключение какого-то продукта на четыре дня вполне достаточно, чтобы на пятый

не подозревать, что продолжается действие этого продукта. Таким образом, в первые один-два дня, даже когда вы даете набор продуктов, которые хорошо переносятся, вы все еще можете продолжать видеть реакцию организма на продукты, которые были даны раньше. И только к пятому дню можно действительно увидеть результат исключения всех непереносимых продуктов.

Но не забывайте, что непереносимость может проявляться накопительно, то есть реакция не проявляется после первого же употребления продукта, но проявляется после нескольких дней.

Сразу оговорюсь, если вы увидели, что на третий день начались проблемы, то придется исключать какой-нибудь продукт еще или заменять до тех пор, пока у вас не образуется такого набора, когда поведение и состояние ребенка в среднем стабильно.

На фоне этого меню вы можете попробовать ввести новый продукт. В среднем на ввод продукта нужно затратить примерно неделю, т.к. реакция может быть как немедленной, так и накапливаться в течение нескольких дней. Поэтому одного-двух дней для отслеживания реакции недостаточно. Реакция может выражаться изменением поведения (ребенок может стать гиперактивным, истеричным, заторможенным — любое поведение, которое выходит за рамки обычного), или вы видите, как у ребенка портится стул и появляются непереваренные остатки продукта в стуле, или же высыпания на коже. Если вы заметили непереваренные остатки пищи в стуле, поведенческие изменения, продукт исключается из рациона месяца натри. После этого можно снова пытаться его ввести, так как за три месяца кишечник подлечится.

Если же вы видите, что ваш ребенок пристрастился к какому-то продукту, требует только его вплоть до истерики, при этом отказывается от других продуктов, это явный признак того, что этот продукт надо СРАЗУ и БЕЗОГОВОРОЧНО убирать. Такая тяга чаще всего появляется к продуктам со следами глютена или казеина (возможно,

занесенными в процессе производства), но может быть также и к продуктам, которые просто не переносятся ребенком и должны попадать в черный список невозвращенцев на более долгий период.

Тут надо сказать, что каждый ребенок имеет свой индивидуальный набор проблемных продуктов, но есть и общие закономерности, на которые следует обратить внимание. К продуктам, часто вызывающим непереносимость, относятся яйца, цитрусовые, помидоры, шпинат, кукуруза, гречка, пшено. Даже рис или картошка в некоторых случаях могут оказаться проблемой. Я знаю о детях, у которых была непереносимость на репчатый лук, чеснок, рапсовое масло и многое другое. Поэтому, если вы не видите результата, исключая продукты, поведение и состояние ребенка вам не нравится, то задумайтесь – какой продукт ВСЕ это время, все четыре дня повторялся. Это могут быть и специи, и масла, и все что угодно, поэтому на начальном этапе обязательно начните вести дневник, в который записывайте ежедневно все продукты, входящие в состав ваших блюд, и все, что ребенок ел между едой, а также поведение ребенка, состояние стула и кожи. Это поможет вычислить реакции, которые возникли не сразу, а через некоторое время после ввода какого-то продукта.

Если у вашего ребенка кожные аллергические реакции, то иногда проходит значительное время, прежде чем они пропадут и кожа очистится. Но, убрав проблемный продукт, уже на четвертый день вы можете видеть, что сыпь бледнеет или экзема как-то притухает. Будьте внимательны к вашему ребенку, ибо чистая диета и чистая кожа – залог успеха в биокоррекции.

Очень часто родители начинают переживать, что на территории России они не в состоянии вводить всякие излишества и диета для их бюджета неподъемная трата денег и сил. На практике я ни разу не встречала таких, которые говорили бы подобное после того, как уже ввели диету. Многие наоборот говорят даже об экономии, т.к. перестали тратиться на различные сладости и пирожные, запрещенные

при диете.

Очень важно первые три месяца стараться не кормить ребенка пищей, которая может быть раздражителем для кишечника, такой как брусничные или клюквенные морсы, наваристые бульоны, жареная или жирная пища. В старое время больным с гастроэнтерологическими проблемами прописывались специальные лечебные диеты.

Основные принципы лечебного питания при этом следующие:

1) достаточное количество полноценного, легкоусвояемого белка в рационе;

2) качество и количество жиров определяется состоянием больного. При необходимости усиления желчегонного действия диеты увеличивается содержание растительных жиров, особенно при запорах; из животных жиров желательно использовать легкоусвояемые куриный и гусиный жиры;

3) максимально щадящая нагрузка на больной орган, которая достигается тщательностью кулинарной обработки пищи (вываренная, при необходимости рубленая или протертая пища);

4) частые дробные приемы пищи, которые обеспечивают лучшее ее переваривание и усвоение, обладают хорошим желчегонным действием, улучшают моторику кишечника, стабилизируют его работу.

В литературе часто упоминается о необходимости большого количества овощей для хорошей работы кишечника. Но у детей аутистов как раз с перевариванием овощей могут возникнуть самые большие проблемы. Не бойтесь исключать овощи из рациона ребенка, практика показывает, что зачастую как раз без них кишечник скорее приходит в норму, и потом вы сможете ввести их в рацион.

Иногда бывает так, что после исключения непереносимых продуктов вы видите, что в меню осталось всего 5-7 продуктов. Так было со мной, так случается более чем с 80 % родителей, вводящих диету. Если вы попадете в такую ситуацию, будьте спокойны и не впадайте в панику из-за того, что вам теперь совсем нечем кормить ребенка

кормить и в меню нет никакого разнообразия. Думайте о пользе того, что вы пытаетесь ввести. Я вас уверяю, без шоколада никто не умер, мне понравилось, как сказал один папа из Америки, который полностью восстановил своего ребенка. Он написал: «В действительности дети от отсутствия шоколада и молока с пирожными не страдают, а вот от болей в желудке - очень, и при этом они не могут вам об этом рассказать. Мысль, что только это и составляет правильное, вкусное и здоровое питание, сидит у вас в голове и не имеет ничего общего с действительностью. На самом деле без всего этого можно обойтись».

## **Чего можно ждать от диеты?**

Я хочу вас предупредить: диета — это не волшебство, но помните, что это первый и самый важный шаг в сторону излечения. Можно сказать, что диета — основа излечения. Из личного опыта могу сказать, что ввод диеты у нас не стал потрясающим рубежом. Хотя в 65 % случаев один лишь ввод такой диеты для детей аутистов был как сотворение евангелистского чуда. Ребенок, вчера не реагирующий ни на кого, и скачущий, как обезьяна, становился через несколько дней спокойнее, а через три месяца обретал речь, смотрел в глаза, появлялась возможность разумного контакта.

Я, конечно, надеялась на такой поворот событий, но, к сожалению, даже после семи месяцев диеты наша девочка получила диагноз тяжелый аутизм. Ее жизнь шла параллельно нашей, не пересекаясь. И хотя изменения в ее поведении были заметны и мне, и ее родителям, посторонние люди их не замечали. Мне казалось, что ее лицо стало выражать больше чувств, я заметила с вводом диеты улыбку и выражение заинтересованности на ее лице, но каково же было мое удивление, когда в анамнезе, который написал врач-психиатр, стояло: «Лицо ребенка бедно мимикой и не отражает никаких чувств». Я помню,



что это обидело меня, поскольку до диеты я видела просто пустую маску, которая могла исказиться только в гримасе плача или визга. Уже на первых порах диеты я замечала, что девочка стала спокойнее и ее лицо стало отражать разные ее состояния — то заинтересованность, то радость, то страх или напряжение. И именно это считала я огромным достижением, но, видимо, эти изменения тогда видела только я.

Вы должны понять, что изменения поведения на диете зависят от начального уровня проблем ребенка, а он у всех разный.

Естественно, чем состояние тяжелее, тем больше надо работать, но эффект обязательно будет, если у вас есть ОСНОВА — ДИЕТА.

Я бы хотела еще раз подчеркнуть, что введение диеты — это уже начало лечения, ведь только диета позволяет пораженному кишечнику оправиться и начать нормально функционировать, иногда впервые в жизни.

Большинство родителей, рассказывая о своих детях, подчеркивают, что до ввода диеты их дети страдали либо от запоров, либо от поносов, либо от того и другого поочередно. Запах детских испражнений был таким зловонным, что большинство родителей задавало себе один вопрос: что с моим ребенком? Практически все видели в стуле непереваренные остатки, а обращение к врачам в лучшем случае выявляло дисбактериоз, который невозможно было излечить. В худшем случае доктор снисходительно говорил, что все пройдет с возрастом. Время шло, но ничего не изменялось, и только ввод диеты давал положительный эффект в работе кишечника.

Но, как вы уже видите, ввод диеты это не просто система правил «делай так», но процесс, при котором каждому ребенку родители подбирают под ходящий для него набор продуктов.

Установив такой безопасный набор, не стремитесь расширять его в течение шести-восьми месяцев, чтобы кишечник залечился, а вы научились четко определять негативные реакции ребенка при вводе

каких-либо новых продуктов или добавок.

Кроме всего прочего, для родителей не менее важно также установить, какие продукты, где и как они могут покупать, чтобы диета оставалась совершенно чистой.

С молочными продуктами просто – их нет как класса, а ваг с заменителями муки сложнее. У нас на сайте вы можете найти информацию обо всех поставщиках и отзывы от тех, кто уже использовал их продукцию – как полуфабрикаты, которые требуют обработки, так и готовые к употреблению продукты.

Конечно, если это макароны, вермишель или еще какой-либо продукт для приготовления еды, то и их надо покупать с пометкой, что данные продукты «свободны от глютена/молока» или «сделаны из ингредиентов, натурально свободных от глютена или молочных продуктов». Очень важно понять, что продукты **ВООБЩЕ** не должны содержать данных ингредиентов, поскольку диеты для неаутичных людей, больных целиакией, допускают некоторое количество глютена.

Существует установленная безопасная норма содержания глютена в продуктах для больных целиакией, и она не превышает 20 ррт, что эквивалентно 20 мг на килограмм. Для большинства больных целиакией такое содержание глютена может быть и безопасно, но для наших детей такое однозначно не подходит.

Чтобы избежать ошибок, всегда читайте состав продуктов даже если на нем стоит пометка «без глютена».

Покупая продукцию, которая натурально свободна от глютена, например рисовую или гречневую муку, всегда помните, что если на ней нет дополнительной пометки «свободен от глютена», то она может быть произведена на линиях, где до этого шла глюте-новая продукция. В этом случае вы купите загрязненную продукцию и ваш ребенок будет реагировать на нее. В начале кажется, что все это очень сложно, но уже через несколько месяцев вы освоитесь со всеми премудростями.

На первых порах старайтесь избегать продуктов со сложным

составом, поскольку при сложном составе продукта может быть непереносимость какого-либо его компонента или консервантов, красителей, подсластителей.

Для ясности я напишу о консервантах и пищевых добавках, используемых в любых продуктах, изготовленных фабричным способом, которые вам ВСЕГДА надо избегать.

Модифицированный крахмал – может содержать MSG – глутамат натрия, образуемый в процессе производства. Может и не содержать, или содержать в очень малых количествах. Поэтому надо смотреть, нет ли еще каких-то компонентов, содержащих MSG пусть даже и в малых количествах, иначе в сумме может набраться много.

Сироп глюкозы – глюкоза может быть произведена из пшеницы и тогда не является БГ, но если продукт помечен БГ, то, скорее всего, использована нужная нам глюкоза, без глютена.

В принципе, глюкоза и сахар не требуют полного исключения, как это делается с глютенем, все дело в их количестве, и поведение ребенка может портиться даже от микроскопических доз, и вот это вам и предстоит выяснить на практике. Я для себя решила просто не покупать продукты ни с сахаром, ни с глюкозой.

E464 – Гидроксипропил метилцеллюлоза, по некоторым сведениям может раздражающе действовать на ЖКТ, хотя таких сведений мало.

Аспартам (E951, E600 – E621) – усваиваемый низкокалорийный подсластитель, почти в 200 раз слаще сахара. Он самый распространенный химический сахарозаменитель, но при определенных условиях и один из самых опасных. На российском рынке его можно встретить под марками «Аспамикс», NutraSweet, Miwon (Южная Корея), Enzimologa (Мексика), Ajinomoto (Япония) и др. Аспартам занимает около 25 % мирового объема искусственных подсластителей и применяется при производстве более чем 5000 наименований продуктов и напитков. Проведенные независимые исследования показывают отрицательное влияние аспартама на

организм человека при длительном его применении. Подавляющее большинство независимых экспертов подтверждают, что длительное использование аспартама может вызывать головную боль, звон в ушах, аллергию, депрессию, бессонницу, а у животных и рак мозга.

Если аспартам нагревать до 30°C, то древесный спирт (метанол), содержащийся в аспартаме, превращается в формальдегид, из которого образуется муравьиная кислота, вызывающая метаболический ацидоз. Отравление самим же метанолом дает симптоматику как при рассеянном склерозе и может служить причиной различных болей в теле или голове, а также быть причиной угнетенного состояния иммунной системы.

Очень многие добавки к готовой еде содержат красители, ароматизаторы или вкусовые добавки, которые сделаны на муке, а следовательно, содержат плотен.

Так что прежде, чем вы что-то будете покупать, внимательно изучите состав продукта. Если какой-то ингредиент неизвестен, то не стоит полагаться на «авось» и надеяться, что он окажется безопасным. Надо обязательно выяснить, что это такое, и только после этого решать, можно ли покупать такой продукт.

Помните, что питье так же важно для ребенка, как и еда, поэтому хочется вас предостеречь от частой ошибки при покупке готовых соков. В настоящее время там могут не указывать наличие ингредиентов вообще или написать просто - натуральный концентрат, а вот что входит в его состав, неизвестно. На упаковке может быть сказано, что нет сахара, но не указано, сколько и какие консерванты там находятся. Все это опасно и может очень сильно влиять на поведение, здоровье и состояние малыша. Поймите, что лучшее питье для вашего ребенка – не сильно минерализованная вода без газа, зеленые чаи, ягодные морсы, которые выделаете сами, при условии, что на эти ягоды нет отрицательной реакции у ребенка. Но ни в коем случае нельзя применять ягодные морсы из пакетиков.

Вот что пишут мамы из своего опыта:

«В соки производители сахар добавляют — даже в те, на этикетках которых стоит метка «без сахара»: сок-то без сахара, а концентрат, из которого сделан сок, на сахаре. Я тоже сначала грушевый сок «Агуша» брала и «Бабушкино лукошко» — ребенок хохотал как сумасшедший. Но сейчас ушла от всех соков — в термосе на ночь замороженные ягоды кипятком заливаю, на литр 1 ст.л. фруктозы. Так спокойнее и понятнее, что ребенок пьет.

Та же картина с хлебцами: даже на проверенные покупные хлебцы реакция бывает. Поэтому оладушками и вафельками собственного изготовления питаем ребенка».

«Мы тоже первые три-четыре года биокоррекции ничего покупного не ели, зато я всегда была спокойна. А жизнь себе я облегчала тем, что над всякими печенюшками и булочками не надрывалась — это просто такая современная привычка, что булки, конфеты и печенье детям совершенно необходимы. А это не так. И раньше дети отлично жили без этого. У меня и сейчас мой сын получает только как угощение одну печенюшку и одну-две конфетки в день (размером с фундук). Зато трескает с удовольствием огурцы, морковку, сырую капусту и прочие полезности».

Подумайте о том, что диета окажется менее дорогой (и более чистой), если все вы будете готовить сами. Готовые продукты без глютена, казеина и сои (печенье, вафли, конфеты), которые можно купить, достаточно дороги, они могут использоваться иногда, если нет времени готовить, но зачастую там присутствует и сахар, и дрожжи, и консерванты, так что вместо облегчения вы можете сами себе создать проблему. Я видела много мам, которые выписывали дорогие продукты из-за границы и практически всегда жалели об этом и впустую потраченных деньгах, когда видели, как их ребенок начинал орать или чесаться от такой еды.

Когда состояние ребенка улучшится, вы сами это увидите, тогда вы

сможете попытаться вернуть в диету многие продукты, на которые раньше была негативная реакция.

Но не все сразу и не за короткое время! Мой совет вводить один продукт в два месяца. Давайте вводимый продукт сначала один раз в четыре дня и если все нормально в течение трех-четырех приемов, и если не видите проблемы, то дайте его три дня подряд. На чистой диете и лечении вы увидите, осталась ли непереносимость и может ли продукт быть возвращен в меню.

Не отчаивайтесь, если вдруг, введя несколько продуктов, вы заметите ухудшение - просто начинайте убирать их один за другим. Начинайте с последнего введенного и не удивляйтесь, если вдруг окажется, что виноват первый. Кишечник уже подлечен и теперь может потребоваться больше времени, чтобы он снова воспалился и реакция на продукт стала видна.

Не расстраивайтесь, если обратный ввод не дал желаемого результата. Я не чувствую, что Аурель обездолена из-за того, что она уже более четырех лет не ест дрожжевого теста или настоящего риса, гречки или пшена. Их обратный ввод в рацион привел к проблемам с кишечником, и тогда я ввела эти продукты не в виде каш, а в виде муки и хлопьев, которые я добавляю в котлеты или оладьи вместе с кабачками. Очень интересно, что в размолотом виде ни гречка, ни пшено не создают у Аурель никаких проблем и полностью перевариваются и усваиваются.

Не расстраивайтесь и не пугайтесь, если все, что я тут написала, кажется вам непонятным. Вначале мне казалось, что вся эта работа по выявлению непереносимостей просто невозможна, и я никогда не освою всех премудростей! Но уже месяца через четыре мы с мужем во всем разобрались и никаких затруднений больше не испытываем и продолжаем внимательно следить за всем и сегодня, поскольку приходят новые продукты и новые производители, а старые исчезают.

Вы спросите, а была ли необходимость во всем этом? И я могу ответить, положив руку на сердце: да, необходимость была. И подтверждается эта необходимость не только историей Аурель, но и историями тысяч детей, мамы которых писали о своей работе на моем и других подобных сайтах. Кроме того, подтверждение вы можете найти и в книгах, посвященных диете при аутизме.

## **Ввод диеты только в ваших руках**

Конечно, решение о вводе диеты большой шаг. Спокойная и удобная жизнь, когда ты даешь ребенку купленные в магазине йогурт и сладкую булочку или баночку с детским питанием, уходит в прошлое. Отныне любой поход к друзьям, знакомым, родственникам или куда угодно без своей еды невозможен.

Время, когда ребенок восстановится и можно будет выбрать что-то подходящее из общего меню, например, грилеванное или вареное мясо с отварным картофелем или овощами, может наступить еще не скоро.

В нашем случае для этого понадобилось четыре года. Только летом 2010 во время поездки я впервые рискнула купить готовую еду для Аурель. Один раз это было грилеванное куриное мясо с листьями салата, а второй раз это был шашлык с картофелем фри – в обоих случаях дали дополнительные ферменты для переваривания глютена. Все прошло хорошо, но дома мы обычно такого не делаем. Если идем куда-нибудь, то берем с собой приготовленную нами самими еду. Так надежнее. И я не чувствую, что это трудно или сложно, и ни разу не встретила отказа подогреть еду для аллергичного ребенка. Так что и эти так называемые технические вопросы вы сможете решить.

Гораздо более серьезным препятствием на пути ввода диеты может стать отрицательное или насмешливое отношение к ней окружающих, если это ваши близкие родственники или знакомые. Конечно, с друзьями проще, но вот родные могут очень портить нервы. Поэтому и

вы сами подойдите к вопросу с пониманием того, что наша цивилизация хлебно-молочная, и всех нас воспитывают в убеждении, что без молока и хлеба наши дети не могут вырасти. Если вы просто скажете, что посадили ребенка на диету, при которой исключили из его питания хлебобулочные и молочные продукты, чтобы излечить у него аутизм, то, чего доброго, вас еще и ненормальным объявить могут.

Одна мама из Германии рассказала мне, что она именно так прямолинейно и объяснила диету в детском саду. Сперва к этому отнеслись терпимо, но, даже несмотря на явный прогресс малыша, приблизительно через год воспитатели и заведующая пригласили еще педагогов и пытались уговорить маму оставить диету и рассказывали ей, что они не могут понять, почему она ополчилась на ни в чем не повинные продукты. Они уговаривали ее просто ради эксперимента дать ребенку стакан молока и посмотреть, что же будет. Результатом всего этого было то, что эта мама была вынуждена ребенка из этого садика забрать и поместить в другой. И здесь она уже не распространялась по поводу опиатов и аутизма, а просто сказала, что у ребенка глютеновая и казеиновая непереносимость, что исключение этих продуктов сказалось положительно на его здоровье и ребенку категорически запрещается такие продукты употреблять.

Если же отбросить все хвалебные оды молоку, то есть большое количество совершенно здоровых детей, которые очень хорошо живут без молока. Я сама отношусь к их числу.

Если вернуться к детям, то им вообще нужно не молоко, а кальций. В какой-то статье я прочитала, что коровье молоко назвали «наиболее перехваленным питательным веществом в мире» и «пригодным только для детей коровы». Имеется даже свидетельство, что гормон, присутствующий в молоке, фактически блокирует у людей поглощение кальция.

У сына моей знакомой в возрасте пяти лет не было ни одного здорового зуба во рту. Кариес просто разрушал их до основания,



количество бактерий в его ротовой полости зашкаливало, и при этом он пил литрами молоко, так как его папа был уверен, что в этом спасение. А вот как раз в этом случае было бы лучше ограничить молочные продукты. Так что поверьте мне, безмолочная диета на самом деле не так опасна, как может нарисовать ваше подогреваемое общественным мнением воображение.

Большое количество информации относительно жизни без молока содержится в очень хорошей книге «Как вырастить ребенка без молока», но, к сожалению, она издана только на английском языке, автор Джейн Зукин. Существует также очень хорошая книга «Не пейте свое молоко», автор Франк Оски (недавний заведующий отделением педиатрии в больнице Johns Hopkins и автор книги «Основы педиатрии»). Эта книга приводит результаты нескольких исследований, которые доказывают, что коровье молоко – неподходящее питание для человеческих детей. К сожалению, я не нашла ни перевода этих книг на русский язык, ни подобной русскоязычной литературы.

Но дело вообще не ценности каких-то продуктов, а в том, что происходит с вашим ребенком, и что вы готовы сделать, чтобы ему помочь.

Я встречала также родителей, которые даже не пытались попробовать диету. Они настаивали, что сначала надо обязательно сделать анализы на глютенно-казеиновую непереносимость и базировать свое решение на результатах этих анализов. На практике существует множество свидетельств о недостоверности таких анализов, а для жителей России они еще и труднодоступны, так как в России такие анализы не делаются, а отправить их за границу невозможно.

С моей же точки зрения, если есть свидетельства не одного, а сотен родителей о том, что диета им помогла, то что мешает провести пробный ввод диеты и посмотреть, какие результаты будут у вашего ребенка.

За этот год только на моем сайте зарегистрировались и ввели диету несколько сотен человек, половина из которых сообщила о значительных улучшениях у детей уже через несколько недель.

Неоднократно мамы писали, что успехи были столь впечатляющи, что убедили в пользе диеты даже сопротивляющегося супруга, который до этого кричал, что все это чушь и надо прекратить издевательство над ребенком.

Да, конечно, те, кто видит улучшения сразу, находятся в лучшем положении, но вот как быть тем, кто таких быстрых улучшений не наблюдает?

Во-первых, внимательно просмотрите, нет ли скрытых источников глютена или казеина в питании ребенка. Это могут быть глютеносодержащие пищевые красители, или консерванты, или принимаемые медикаменты, куда часто входит лактоза, а вместе с ней и казеин. Многие родители не видели улучшений, пока не обнаруживали и не удаляли вот такой скрытый источник глютена или казеина.

Во-вторых, определитесь с тем, что именно вы хотите увидеть? Может быть, вы просто ставите завышенные требования и потому недооцениваете достигнутых результатов диеты? Так некоторые дети на первый взгляд не показывают улучшений или, вернее сказать, родители их не видят, но если эти продукты вводятся в рацион опять, то через три-четыре месяца родители видят у детей значительные ухудшения. Такие ухудшения не происходят сразу, потому что если диета продолжалась хотя бы от двух до четырех месяцев, кишечник успел за это время подлечиться, но в процессе употребления запрещенных продуктов все проблемы возвращаются в еще более худшем виде.

Подумайте над тем, что пишет одна мама, бросившая диету:

«Мы сидели на диете с двух лет и четырех месяцев и до четырех лет.

Ну что я могу сказать, в плане поведения была просто сказка, ни истерик, ни капризов, ребенок был спокойный и уравновешенный. Я ждала от диеты прежде всего речи и быстрого развития, но этого я не получила, наверно поэтому и решила, что она нам не подходит.

Но сейчас я могу сказать, что я не могла представить, что мой ребенок в плане поведения так изменится... Из спокойного он превратился просто во взбалмошного истерика, со щипаниями, кусаниями, битьем головой обо все что можно когда нервничает или ему что-то не нравится. И теперь я думаю, что даже ради улучшения поведения стоит опять посадить ребенка на жесткую диету».

Поэтому в любом случае, независимо от ваших ожиданий, если вы уже ввели диету, то я бы советовала ее продолжать и вводить биокоррекцию.

Такие зигзаги очень опасны для ребенка, потому что, очистившись, организм реагирует на ввод «наркотика» более сильно и возможен значительный регресс в поведении, исправить который удастся не скоро, поэтому диета должна быть строгой и постоянной.

Завышенные требования к успехам на вводе диеты могут стать причиной больших разочарований. Поскольку главной для меня была речь, а она не появлялась у Аурель на начальном этапе диеты, я хорошо помню, что маленькие позитивные изменения, появившиеся в тот период, казались мне совершенно незначительными. Вместо радости я фактически все время была в депрессии. Мне казалось, что я так и не сумею найти дорогу, что диета не работает так, как надо, а что и как делать, я не знала. Сказать, что диета нам не помогла, у меня не поворачивался язык, но я-то хотела большего! Несмотря на все эти безрадостные мысли, диету мы продолжали и вводили различные биокоррекционные добавки.

Поэтому, если вы встретите человека, который доказывает, что его ребенку диета ничего не дала, то дело может быть в том, что он тоже ждал большего от этого шага, а может, просто просмотрел мелкие

изменения в лучшую сторону. Можно также предположить, что диета так и не была введена в полном объеме. Диета не может решить всех проблем и без биокоррекции победа невозможна, но диета — основа биокоррекции.

Может показаться, что вы делаете огромную работу ради неопределенных результатов, но это не так. Поверьте мне, вы делаете, может быть, самый важный шаг, чтобы вернуть к нормальной жизни вашего ребенка.

Сейчас, когда я пишу эти строки, мне самой удивительно от того, что пищевая непереносимость, вирусная и ртутная загрузка организма могут тормозить умственное развитие ребенка так сильно. И как, словно по мановению волшебной палочки, начинает меняться действительность в сторону понимания и надежды на коммуникацию.

«Мы безуспешно, в течение полутора лет, учили сына указывать свою голову, давая таким образом ответ на вопрос «Где твоя голова?». Когда мы ввели ему диету, то после первой же недели ее применения он без труда выучил и безошибочно указывал на шесть частей тела», — написала на сайте счастливая мама после месяца на диете.

Стен Курте — папа, излечивший сына от аутизма, написал обращение, которое стало для меня поддержкой и путеводной нитью: «Я обращаюсь ко всем родителям, у которых есть аутичные дети с проблемами ЖКТ или непереносимостью витамина В6. Поймите, одна из причин этой непереносимости — как раз и есть проблема ЖКТ. И я рекомендую сначала работать над вводом диеты, чтобы улучшить состояние ЖКТ, а потом пытаться вводить В6 и другие необходимые вашим детям биокоррекционные добавки.

Если ваш ребенок имеет склонность к запорам и чувствителен к звукам — это должно быть для вас признаком нехватки магния, а нехватка магния мешает усвоению витамина В6. Всегда помните об этом.

Для усвоения как В6, так и кальция, и железа нужен магний и

хороший ЖКТ, и это одна из причин ввода диеты. Только с диетой вы сможете взять его под контроль.

Когда люди, далекие от проблем аутизма, говорят о питании и диетах, я не слушаю их. Что работает для них - не работает для аутистов, они не понимают источников проблем наших детей. Их рассуждения приносят больше вреда, чем пользы.

Я также скептически отношусь к применению ферментов вместо диеты (речь идет о специальных ферментах для расщепления протеинов глютена и казеина). Ферменты никогда не работают на 100 %, когда ты вводишь в рацион ребенка глютен, казеин, полисахариды, поскольку ты никогда не можешь быть уверен, что ребенок получил достаточное их количество и в нужное время. А недопереваренные остатки пищи будут кормить патогенную флору и угнетать иммунную систему глиадоморфинами или казоморфинами. Нет ни одного фермента, который мог бы гарантированно переварить пищу полностью, как это происходит у здоровых людей. Ферменты не могут устранить эту проблему. Я знаю много семей, в которых пытались заменить диету ферментами, и я видел их бесполезную борьбу, и они проигрывали. Утверждения типа «не обязательно держать очень строгую диету» неконструктивны, ибо неполная диета сродни частичному травлению человека. Если вы на половинчатой диете, то считайте, что вы просто даете вашему ребенку токсины в небольших дозах, которые разрушают его медленно, но постоянно. Хронически токсикоманящие дети не имеют шансов на выздоровление.

Я не видел выздоровевших детей среди тех, кто не был на строжайшей диете. Я встречаю неприятие и сопротивление диете каждый день! Это неудивительно, ведь так мы запрограммированы привычной пропагандой: коровье молоко, хлеб и сахар хороши и необходимы для развития детей. Наше воспитание и воспитание целых поколений стоит на том, что любовь к детям эквивалентна тому, что ты не говоришь «нет» ребенку, если он просит еду.

Но подумайте и о том, что кормление ребенка тем, что его разрушает, не является подтверждением вашей любви к нему.

Любовь — это охрана детей от всех опасностей, и лучшее, что мы можем сделать для наших детей — это кормить их так, чтобы поддерживать нормальный баланс в их организмах и не наносить удар по иммунной системе.

Если ты хочешь поднять шансы своего ребенка на излечение, то держи правильную диету! В своем сознательном будущем твой ребенок будет благодарен тебе за эти ограничения».

Я советую вам запомнить простое правило: ни одна добавка никогда не даст результата, если диета не выполняется должным образом или ее просто нет, или она введена недавно и ЖКТ еще не пришел в относительно стабильное состояние.

Не кидайтесь сразу на борьбу с вирусами, или ввод витаминов группы В или препаратов для поддержки иммунной системы, и уж тем более хелирование, что само по себе является тяжелой процедурой вывода токсичных металлов из организма. Сначала вы должны сосредоточиться на диете и лечении ЖКТ.

Поэтому не акцентируйте внимания, какой именно диагноз выставлен вашему ребенку изначально и не считайте, что вот ваш случай легкий или тяжелый — это покажет время и ваша способность спокойно и вдумчиво работать. Никогда не забывайте, что аутизм это не сломанная нога, где рентгеновский снимок показывает, как идет заживление.

Ранний детский аутизм практически всегда диагностируется в возрасте около трех — трех с половиной лет, когда уже явственно видно, что ребенок не общается с миром нормальным образом, и его речь не развивается должным образом, и время для легкого сценария излечения по типу «ввел диету и все прошло» уже упущено. Но это не приговор! Да, я согласна, что в гораздо более легком положении мамы, которые заметили странности своих детей до года и те, кто начал диету

в возрасте около полугода лет. У таких мам многие дети могут даже не получить официального диагноза и жить просто как нормальные дети. Но всегда тяжело слушать, когда мамы рассказывают, что стали замечать странности у своих детей гораздо раньше, чем это было признано официально, но старались подавить в себе тревогу и не обращать на это внимания под влиянием авторитета бабушек — дедушек, врачей или мужа. Такие мамы рассказывали, что они даже боялись думать о проблемах, чтобы окружающие не обвиняли их в мнительности или некомпетентности. В качестве примера приведу одно из родительских писем:

«Здравствуйте! Моему сыну 2 года и 9 месяцев, где-то месяц назад у меня возник вопрос: «Нет ли у нас аутизма?» Очень многое настораживает в поведении. Перечислю:

1. Не любит, когда поют, не всегда, но часто хочет ударить по губам поющего.

2. Задержка речи, сейчас мы строим осмысленные фразы из трех-четырёх слов типа: маги (маленькая) сиса (киса) а-а (спит).

3. Бывает, что не реагирует на обращенную речь, часто говорит не в тему то, что ему как-то запало в сознание — например «така пику тащи» (трактор везет свеклу) — мы были в деревне, он видел.

4. Несоциален, не играет с детьми, он не убегает от них, но как будто не знает, как с ними общаться.

5. Любит играть с машинками, возить что-то в кузовах и постоянно хочет сзади любой машины или трактора прицепить прицеп или что угодно в качестве прицепа.

6. Выкладывает кубики в ряд, но если играть с ним вместе, выкладывает и вверх, любит переливать жидкости из стакана в стакан.

7. Истерики, если что-то уберу или передвину среди его игрушек.

8. Набирает камешки в ладонь и ходит с ними, любит открывать и закрывать двери.

9. Очень трудно его одеть для выхода на улицу, приходится делать

вид, что ухожу, только тогда начинает проситься гулять.

10. Слова, что больно, на него не действуют, бьет снова и снова.

Это похоже на аутизм?

А недавно мы были на приеме у участкового психиатра, он сказал, что зрительный контакт есть, что ребенок активный, улыбается. Доктор сказал, что ребенок не аутичный. На вопрос, как это определяется, был ответ, что гинеколог сразу интуитивно чувствует, беременна входящая женщина или нет. Вот и здесь он, как специалист, всегда заметит аутизм при первом же взгляде на ребенка. Было также сказано, что у нас дефицит воспитания, задержка речи, выписан тенотен и пантокальцин. Нам рекомендовали коррекционный садик для детей с диагнозом F 80.82 - Грубое смешанное расстройство психического развития ОНР 1 уровня.

Муж считает, что проблемы с психикой у меня, что надо меня лечить. Ему нужен официальный диагноз от врачей.

Вижу в ребенке много, что несвойственно аутистам, но и аутичного тоже много...»

Таких вопросов приходит много, особенно если ребенок не достиг трех лет. Российские врачи в этот момент только мешают, потому что компетенция многих участковых педиатров и неврологов в области аутизма до сих пор восходит к учению о «холодной матери» и к представлению, что аутист — это сидящий в углу идиот, не реагирующий ни на что.

Западные специалисты на сегодня более «продвинуты», но и «эпидемия аутизма» на Западе началась много раньше, чем в России.

Можно бесконечно полемизировать на эту тему, но мы — родители, и нам надо спасать наших детей. В этом случае лучше не слепо доверять доктору, а больше доверять себе и своей интуиции, потому что «придирчивые» мамы, начав поиск информации, получали возможность начать восстановление ребенка раньше.

Если у вас есть сомнения — приходите к нам на сайт! У нас работает



много компетентных мам, которые могут дать хорошие советы на основании своего опыта.

Так маме, письмо которой я тут привела, посоветовали сдать анализы на непереносимости молочных продуктов и глютена, поскольку ни папа, ни бабушки с дедушками не хотели и слышать о диете и аутизме. Результат ошеломил всех! У ребенка была обнаружена непереносимость обоих компонентов, и вопросы родни отпали сами собой.

Я уверена, что внимательные и любящие мамы хорошо чувствуют проблемы своих детей, и я хочу им пожелать: не бойтесь высказывать свои опасения и боритесь, если у вас даже легкое подозрение, что что-то не вполне хорошо. На ранних этапах заболевания ребенку гораздо легче помочь простыми средствами, чем ждать, когда проблема будет очевидна для всех, и вам скажут, что вы обратились слишком поздно.

Одна мама, которая восстановила своего ребенка полностью, начав лечение, когда ему было полтора года, написала:

«Возможно восстановление, если все начать делать быстро и по максимуму. Мы начали, когда доче было полтора года. Мне потребовалось два года диеты и биокоррекции, чтобы восстановить ее. Но я не раздумывала ни дня и не останавливалась ни на минуту! Вся энергия и все средства были направлены на одну цель — восстановление. Сейчас мы без добавок, но на диете. Диету и не думаю убирать пока вообще. Я тоже почти на диете (не так строго, как девочка) и чувствую, насколько жить легче. Так что она у меня на диете будет, пока я за нее принимаю решения.

А тем, кто колеблется, я советую: ответьте себе на вопрос, как вы думаете, есть проблемы у вашего ребенка или нет?

А про наших специалистов я даже говорить не буду. Примеров достаточно, когда они успокаивают мамочек, что все нормально. А потом, когда года в три-четыре все-таки найдется специалист, то начинается: «где вы раньше были» и «вообще это неизлечимое

заболевание» и т.д. У меня у подруги все точно по такому же сценарию. Ребенок был гораздо легче, чем мой (даже сравнивать нельзя), до определенного времени. Она не заморачивалась, врачам верила. Истерики - характер такой, не говорит – всему свое время и т.д., я тоже наслушалась всего этого. Итог: ребенку уже скоро четыре года, а он так и не заговорил, и помимо этого проблем полно, только мама их все еще не замечает. Так что все зависит только от вас, на спецов не надейтесь. Кстати, я тоже часто слышала, что проблемы у меня, а не у ребенка. И педиатр ставила мне в пример эту маму постоянно, что не говорит ребенок, а она не заморачивается, мол, молодец. Интересно, что она ей сейчас говорит. Мы-то у наших врачей давненько не появлялись, скоро уж год. Слушать их маразм никакого желания нет.

И спецы по аутизму тоже мне говорили, что я не совсем в себе. Убеждали, что аутизм он и в Африке аутизм, и нигде он не лечится. А то, что я пытаюсь диетами и биокоррекциями дочу вытянуть, так это от того, что я не могу принять ситуацию. И все эти диеты и биокоррекции – пустая трата денег».

Да, можно только позавидовать такой умной и настойчивой маме, ведь полное и быстрое восстановление возможно только если диета и биокоррекция начаты вот в таком возрасте - до двух лет! Всем, кто опоздал, как мы, работа предстоит более трудная и долгая, но надежда на восстановление все равно есть. Никогда не надо отчаиваться, хотя бы потому, что возможности человеческого мозга до сих пор полностью не изучены, никто не может утверждать что-либо наверняка и всегда есть исключения из любых правил.

Если же вы уже имеете диагноз аутизм, знаете о диете, но сомневаетесь и все думаете, как вам поступить, то тут советы давать сложно.

Конечно, если вы даже боитесь подумать о том, чтобы начать диету без одобрения вашего врача, мужа, мамы или доктора, то вам надо сперва четко решить для себя, чего вы хотите.

Ваши родные - они никогда об аутизме ничего не слышали и не интересовались и могут быть настроены чрезвычайно скептически. Что тут скажешь? Здоровый скептицизм — хорошая вещь для доктора или ученого, или человека, который не отвечает за ребенка так, как это делает мама или отец. Однако существуют сведения, подтверждающие безопасность диетического вмешательства. Ваша задача — сообщить это всем противникам и твердо заявить о ваших намерениях попробовать такой вариант и попросить у своих близких поддержки.

Если вы доктор, то, конечно, следует ждать, пока все сведения будут опубликованы в научных журналах, и только затем предлагать пациенту этот курс лечения или приходить на сайт ARI и находить дорогу к тому, как получить сертификат DAN! доктора и самому вести таких больных альтернативным методом лечения. Но если вы просто мама и это касается вашего ребенка, то часто близкие вынуждены будут согласиться с вами, надеясь, что вы потом сами откажетесь от такой глупой затеи. Вы можете сказать им, что существует целый исследовательский институт в Америке, который разработал эти рекомендации, и что проводятся исследования и в официальной медицине, но вы хотите помочь своему ребенку сейчас, не дожидаясь официальных результатов, потому что потом будет поздно. Объясните, что вы хотите попробовать диету в течение нескольких месяцев, и скажите, что вы будете протоколировать все, что происходит с вашим ребенком на диете. Я не думаю, что ваши родные так плохо относятся к вам и ребенку, что не позволят попробовать дать ему шанс на улучшение, а дальше, когда они увидят, какие изменения произойдут с ребенком, то они сами захотят, чтобы вы не отказывались от диеты.

Кроме того, ввод диеты не сделает хуже ребенку и такая диета попросту безвредна, но если она может помочь, то отказаться от такого шанса в высшей степени глупо.

Папа и мама Аурель, увидев ее после двух месяцев диеты, были довольны результатами, а моя дочь, проанализировав все, решила

ввести такую же диету себе.

Не у всех все складывается безоблачно, но помните, что не врагами вы окружены, и надо уметь находить компромисс.

Вот письмо одной мамы:

«У нас поначалу тоже было много споров и обид из-за того, что муж не хотел верить в диету, очень злился, когда я говорила про аутизм. Но как-то постепенно стало до него доходить. Вы, главное, не сдавайтесь! Ну не называйте это аутизмом. Объясните просто, что хотите проверить теорию о том, что любые расстройства неврологического характера связаны с пищеварением. Пойдите навстречу мужу – согласитесь с ним хоть чуть-чуть. Скажите ему, что вы не можете точно сказать, что это аутизм, скорее всего, это нарушение нервной системы. Врачи подтверждают, что нарушения такие есть! И не ищите его помощи, если он не хочет в этом участвовать, не злите мужа напрасно. Договоритесь только о том, чтобы он вам не мешал. Вам еще очень пригодятся хорошие отношения с мужем. Пусть в диете он вас не будет поддерживать, но вы хотя бы просто сможете получать дополнительный позитив просто от общения с мужем. Это вот такое мое личное мнение. Раньше я сама вела себя неправильно. Теперь хоть посоветовать могу другим. Переломным стал момент, когда после чистой двухнедельной диеты наш Вовчик поел хлеба, вроде бы сделанного на безглютеновой муке. Но, видимо из-за того, что он был выпечен на дрожжах, у сына была очень бурная реакция – он хохотал, был как пьяный, в нирване, в общем. Муж сразу вспомнил, что у ребенка бывали раньше такие реакции, и они мужа очень пугали. Заметил сам, что за время диеты такого поведения у ребенка не было, поверил в теорию о том, что у аутичных детей глютен не расщепляется правильно, и ребенок в результате получает наркотик в чистом виде. Тут же стал допускать и мысль о том, что у него действительно не что-нибудь там, а именно аутизм. С этого дня он помогает мне соблюдать диету. Потом еще ушло много сил на то, чтобы муж поверил в то, что

другим двум детям, у кого нет таких явных признаков нарушений, тоже нужна диета. Теперь он если и сомневается, то высказывает это не для того, чтобы поспорить, а чтобы разобраться — зачем мы это делаем. И я стараюсь развеять его сомнения таким образом, чтобы он чувствовал - я не просто выдвигаю доводы, чтобы доказать, что его сомнения необоснованны, а я сама принимаю позицию мужа, тоже как бы сомневаюсь, вместе с ним задаюсь вопросом, и мы вместе, на равных, ищем ответы. Иногда даже он находит ответ быстрее, чем я. Я здесь сначала тоже плакалась, жаловалась на мужа. Меня многие девочки утешали. Я им очень признательна, что они меня остудили, успокоили, говорили — все наладится со временем. Мне повезло — у меня быстро все наладилось. Но я понимаю: надо сразу выработать правильную тактику общения с родственниками, чтобы нервы себе лишней раз не портить, чтобы сохранить, по возможности, добрые отношения с родными».

Каждый случай уникален, но будет легче, если у вас появится поддержка, единомышленники, если вы сможете все обсудить с теми, кто уже идет по такому же пути. Приходите на наш сайт «Аутизм. Помощь родителям». Тут вы не только встретите людей, чьи жизненные ситуации аналогичны вашей, но и найдете новых друзей, и ваша жизнь, состоящая из кошмара сомнений и страхов, наполнится надеждой, а потом и уверенностью в том, что выход есть.

За это время ваши близкие и сами убедятся, что диета работает, и я не слышала ни на одном сайте, как русском, так и англоязычном, чтобы через пять-шесть месяцев диеты какие-то родственники все еще были бы против. Часто они сами становятся фанатами диеты и боятся ее нарушить даже больше, чем вы.

Очень часто родители сталкиваются с непониманием ввода диеты у ребенка в детских учреждениях — детских садах или школах. Что можно посоветовать в этих случаях? Вы сами должны четко осознавать, что без диеты вы не двинетесь в сторону улучшения, а

значит, вам нужны не враги, а союзники. Никогда не разговаривайте раздраженно с персоналом, всегда упирайте на то, что ребенок имеет проблемы со здоровьем, если употребляет в пищу продукты, на которые у него непереносимости – не спит, поносит, истерит из-за плохого самочувствия и его психологическое состояние напрямую зависит от физического. Сходите к платному врачу и попросите поддержки у него, чтобы иметь какой-то медицинский документ на руках. Старайтесь договориться, чтобы ребенок получал только то, что вы принесли из дома, поскольку не только глютен и казеин надо будет исключать.

Вы боретесь за будущее своего ребенка, и тут нет ничего противоправного или запрещенного и, говоря все это, вы нисколько не преувеличиваете, а даже преуменьшаете опасность.

## **Из моего опыта ввода диеты**

Мы начали диету 26 ноября 2006 года, когда Аурель как раз исполнилось 2 года и 9 месяцев. Меня нисколько не смущало, что надо в чем-то ограничить ребенка, наоборот, простота метода была для меня абсолютно ясной и логичной – мы выводим г лютен и казеин, и ребенок начинает свое нормальное развитие.

Сложность была в другом: я никогда не слышала о проблеме с глютенем или с казеином и была в недоумении, что же делать? Как кормить и где брать продукты?

Но оказалось, что в мире мы с такой проблемой не одни.

Когда я поделилась моим «глютеновым горем» на работе, то узнала, что только в моем ближайшем окружении оказалось двое с непереносимостью глютена, и оба замечательно существовали! Со мной туг же провели инструктаж, как, где и что покупать, а одна сотрудница принесла специальную поваренную книгу.

В Швеции все эти продукты можно спокойно купить во всех супермаркетах. Более того, за эти четыре года ассортимент их расширился, и я даже могу выбрать кое-что из готовых изделий.

Сегодня для жителей России тоже проблем никаких не будет.

Сейчас практически во всех городах продают безглютеновую муку фирмы «Шер», есть сайты для больных целиакией, где вы получите массу полезных советов, и на моем сайте есть специальный Раздел о диете и рецептах. Все просто и доступно.

Вспоминая, как, вооружившись листком бумаги, я выписывала из книги непонятные продукты и странные названия вперемешку с хорошо знакомыми, и мой мозг распухал от обилия информации, я улыбаюсь. Я была тогда совершенно уверена, что все просто, и через два-три месяца от аутизма у нас не останется следа. Аур ель заговорит, и уже через год мы забудем слово аутизм. Я строила планы, как все будет быстро и просто. Я ведь читала, что так происходило у других детей, которые были на диете и биокоррекции. Но в нашем случае такого чуда не произошло.

Сегодня я понимаю, насколько я и мой муж были наивны в своем неведении. Мы считали диету начальным и конечным этапом лечения аутизма. Мы не понимали, что биокоррекция – обязательный этап, а ввод диеты – это лишь начало тяжелой и изнурительной борьбы за оздоровление иммунной системы и заживление ЖКТ. Мы не понимали, что выиграть такую борьбу за два-три месяца практически невозможно.

Начнем с того, что поначалу чистой диеты у нас просто не получалось! Шли сотни проколов, когда мы покупали продукты в соответствующем отделе, думая, что они чистые, а дома, уже скормив их ребенку, мы видели неадекватное поведение и читали на упаковках, что в содержании был либо казеин, либо глютен.

До 2008 года в Европе были установлены нормы до 200 мг/кг, и только в 2008 году это количество было снижено до 20 мг/кг. Поэтому производители имеют право делать на продукте пометку «без глютена»,

если его там меньше или равно данному количеству, но в описании состава продукта меленькими буквами они пишут, что продукт содержит, например, пшеничный крахмал или мальтозу пшеничную. Казеин же и вовсе считается неопасным для больных целиакией, и где-нибудь в ингредиентах может стоять масло или молочный сахар.

Как обидно было, когда ребенок уже успевал получить такой продукт, и мы судорожно штудировали описание содержимого под дикий хохот, видели затуманенные глаза или встречали отказ есть другую пищу, кроме этого злополучного продукта. Причем до ввода диеты мы даже не замечали, что на глютен или казеин была вообще какая-нибудь реакция.

И хотя Аурель все время скакала на диване, кричала, и мы как-то к этому уже привыкли, но после вот такого мизерного получения глютена или казеина сюда добавлялись истерики, отказ от сотрудничества даже в том малом, что было достигнуто, и затуманенный, ускользающий взгляд.

Этот взгляд полупьяного человека мы вскоре научились безошибочно распознавать и, увидев его, сразу кидались искать источники «наркотиков».

Каждую свою ошибку мы очень переживали. Мы видели, что это было плохо для ребенка, мы видели, как она была опустошена после такого прокола, и старались изучать содержимое пакетов более внимательно, иметь с собой перечень консервантов, красителей и ароматизаторов, содержащих глютен или казеин, но иногда причина была вовсе не в этом.

Дело в том, что если продукт производился на оборудовании, на котором до этого производили глютенный или казеиновый продукт, то эти мельчайшие частицы загрязняли его и вызывали у Аурель поведенческую реакцию.

Постепенно, месяц за месяцем, мы учились и выработали методику, как и где покупать продукты, как читать ингредиенты и ввели золотое



правило — все, что Аурель будет есть, мы готовим сами!

К такому правилу мы пришли, имея длительный опыт горьких последствий ввода покупных готовых изделий. Каждый раз, видя в магазине очередную упаковку с пометкой «без глютена и без молочных продуктов», мы забывали о консервантах и добавках, о которых, может быть, не заботился производитель, но на которые очень бурно кожными, поведенческими реакциями отзывалась Аурель.

Даже сегодня, спустя четыре с лишним года, мы приносим в школу все, что будет есть и пить ребенок.

Во-первых, она ест только экологически чистые продукты, во-вторых, исключается возможность попадания аллергенов в ее еду при смешивании разделочных досок, ножей и другого кухонного оборудования при приготовлении еды для других детей.

Что можно сказать о качестве питания Аурель после ввода Диеты?

Ее меню до этого момента выглядело достаточно уныло и состояло из булочек с корицей, оладий, котлет, гренок, творожной запеканки, вермишели, картошки, резаной на мелкие части и смешанной с такими же мелкими кусочками мяса и сосисок, сливочного масла и огурца. В качестве питья был сливово-яблочный компот, яблочный сок, и ребенок ни разу в жизни не взял в рот просто водичку.

Периодически Аурель бастовала и переставала есть то творожную запеканку, то картошку, то мясо. Однажды она целый месяц пила компот и ела булки.

Так что убрать из рациона творог было делом несложным, и масло ушло вместе с ним. Молоко и сыр в рационе ребенка отсутствовали давно по причине аллергии на лактозу.

Дальше у нас оставались булочки, батоны, вермишель, которые содержали глютен. Сперва я просто заменила глютеносодержащие продукты на соответствующие безглютеновые. Батоны, хлеб и булочки покупала в специальной пекарне, вермишель в специальном отделе супермаркета, гренки жарила на гусином жире. Я не скажу, что могу вспомнить

«ломку» или отказ от еды в этот период, но и результатов, можно сказать, не было тоже.

Мне было очень обидно, что я не могла, как другие, через месяц начать с восторгом рассказывать, каких успехов добилась наша девочка после ввода диеты. Она не стала говорить, она не начала пользоваться горшком — ничего такого, что я могла бы отметить как эпохальное достижение.

То, что действительно было — было весьма незначительным и малозаметным. Например, где-то недели через две мы могли констатировать, что да, действительно есть какой-то неуловимый сдвиг, и хотя она по-прежнему скакала по дивану, но стала замечать нас по-другому. До диеты она обнимала и замечала только дедушку, ведь он ежедневно находился с ней. После введения диеты она заметила, что я прихожу с работы, и со мной снова появился контакт. Постепенно как-то меньше стало истерик. Другими словами, мы вполне могли сказать, что диета нам ничего не изменила кардинально, но я теперь знала, что другого выхода у нас нет, и понимала, что наша ситуация не так проста.

Самой большой проблемой для нас в этот период стала борьба за регулярный стул, как ни смешно это звучит.

Дело в том, что Аурель страдала тяжелыми привычными запорами, в основе которых было разрастание патогенной флоры в кишечнике. Борьба с запорами шла у нас постоянно, с тех пор как Аурель ввели прикорм. Диета не изменила этого состояния.

Уяснив простую истину, что стул должен быть ежедневным, и без этой простой функции никогда не удастся ввести какое-либо эффективное лечение или победить патогенов, я поняла, что запоры наши первейшие враги. Ведь каловые массы, оставаясь в кишечнике дольше, чем это необходимо, становятся дополнительным источником токсинов и способствуют размножению патогенной флоры, а все биодобавки просто не имеют шанса достичь цели, выходя напрямую в туалет!

Для борьбы с постоянными запорами мы ввели сушеный чернослив в количестве пяти штук каждое утро натощак, а поскольку каловые массы содержали много непереваренных остатков, ввели еще и пищеварительные ферменты. Я начала с Креона и Панцитрата.

Очень скоро выяснилось, что на чистой диете стала заметной непереносимость других продуктов, и через три-четыре месяца в меню Аурель осталось еще меньше продуктов. Оно ограничилось картофелем и оладьями из муки (смесь кукурузы, гречки и риса). Я очень переживала, что продуктов мало, и сомневалась, правильно ли мы вывели проблемные продукты, не ошиблись ли мы. Но уже через два месяца и я, и муж овладели исключаящей диетой настолько, что безошибочно определяли какой из вновь введенных продуктов создает проблему.

Так было с оладушками из гречневой крупы. Аурель накинулась на них и больше ничего не хотела брать в рот! Вся другая предлагаемая еда встречалась протестом в виде давно забытой полноценной истерики. Пришлось вывести их из меню и через пару дней все прошло, воцарились тишина и покой.

Конечно, ввести продукт еще раз, чтобы убедиться, что это именно он виноват, никто из нас не хотел. Реакция была яркой и понятной.

Никакая покупная продукция нам тоже не подошла. Хлебцы, помеченные «без глютена и молочных продуктов», пошли на «ура», но вот крики и прыжки усилились. И поскольку точно указать на хлебцы мы не могли, то решили оставить их еще на пару дней. А когда еще через день у Аурель вокруг ануса образовалось малиновое пятно и по ягодицам пошли какие-то припухлые красные пятна, мы поняли, что лучше убрать хлебцы. Было очень жаль это делать, потому, что было так удобно давать их ей на перекус.

Прочитав внимательно еще раз состав хлебцев, я поняла, что входившие в их состав дрожжи и сахар дали такую реакцию. Причем сахар «раскормил» кандиду, а на дрожжи у Аурель оказалась

непереносимость, хотя я в этот момент этого и не поняла. И снова были истерики несколько дней, поскольку Аурель искала везде полюбившиеся ей хлебцы.

Вскоре нам пришлось убрать и покупной БГБК хлеб, так как заметили, что красный круг вокруг ануса появляется снова и снова, после того как даем этот хлеб. В разговоре с производителем я выяснила, что не только дрожжи, о которых я знала, входили в состав их продукции, но в хлебе были еще красители и консерванты, и яблочная эссенция.

Вот тут я и задумалась о непереносимости дрожжей. Убрать их было просто — никаких покупных изделий.

Вот так, приблизительно за два — три месяца, у нас диета сузилась до десятка продуктов. Во-первых, мы увидели, что никакие крупы давать нельзя, но мука из их смеси шла. Я не стала вести долгих исследований — почему так происходит, и стала использовать просто муку. Так в нашем рационе появились сладкие оладьи из смеси пшеничной и гречневой муки, и несладкие пшеничные и гречневые, картофель, кабачок, огурец, лук, чеснок, морковь в супе. Как наполнитель в оладьях я использовала для сладких — грушу, киви и морковь, а для несладких кабачок или цуккини. Еще хорошо пошла безглютеновая вермишель, мясо всех сортов — кура, телятина, индюшати́на, свинина; специи — орегано, базилик, петрушка, укроп; из фруктов — груша и киви; а также перепелиные яйца в оладьи и куриные для выпечки кексов и миндальных сухариков. Даже сегодня наше меню приблизительно такое же.

За полтора месяца диеты мы сделали много, но видно было, что еще недостаточно, и я все чаще задумывалась о вреде яблочного сока.

Собственно говоря, то, что у Аурель была аллергия на яблоки, мы знали, так как стоило ей их поесть несколько дней подряд, как начинались высыпания на коже. А вот яблочный сок, который такую реакцию не давал, еще оставался.

Аурель пила яблочный сок для склонных к аллергиям детей — она выпила его сразу. Поскольку она практически не пила (150 мл жидкости в день), то я была на седьмом небе от счастья!

И вот на этом яблочном соке возникла настоящая фиксация. Такая фиксация дело обычное у аутичных детей, причем она может возникнуть на любом продукте. Аурель пила только один сорт этого сока. Когда он неожиданно пропал из магазина, то это была катастрофа! Я обзвонила всех и вся, папа Аурель нашел эту фирму и этот сорт сока в Германии. Все были счастливы. Полные багажники сока тащили в Швецию.

Однако яблочный сок был еще и опасен для Аурель. Я прочитала в книге у МакКандлесс, что яблоки и яблочные соки дают пищу кандиде у аутичных детей и, легко сбрасываясь в кишечнике, действуют на них опьяняющее, так, что дети резко глупеют.

Осознав этот факт, я, наконец-то, после двух месяцев диеты созрела, чтобы решиться на такой шаг, как отобрать яблочный сок. Мне казалось, что сделать это будет просто: заменить его на грушевый и все. Пару дней я подмешивала в яблочный сок грушевый, и мне казалось, что все уже подготовлено.

И вот однажды я дала ей в поильнике (она в свои 2 года 9 месяцев все еще не умела пить из стакана) грушевый сок и вдруг Аурель отстранила его и отказалась пить вообще. Вот тут я в первый раз по-настоящему почувствовала, что с аутистом «в лоб» ничего сделать нельзя! Аутист не понимает ни жажды, ни голода, а уперто стоит на своем! После обеда мы предлагали ей все: воду, яблочный сок, грушевый сок, виноградный — она вообще не брала питье в рот! А заодно и еду тоже! За день она практически истаяла.

Я была в ужасе, на диете мы были всего ничего и, конечно, было преждевременно отбирать сок вот так сразу! Я перерыла интернет и поняла, что дела обстоят плохо. Больше всего меня напугал рассказ о ребенке девяти лет с синдромом Аспергера, который отказался есть. В

семье, кроме этого ребенка, были еще двое детей. Ребенок разговаривал, все понимал и вообще был высоко функционирующим, но произошла такая история: летом семья путешествовала в автомобиле и в каком-то кемпинге все, кроме него, получили пищевое отравление.

Вид больных взрослых и детей, измученных рвотой, произвел на его психику неизгладимое впечатление, и он решил больше не есть. Впопыхах, когда никто о еде и не думал, этого не заметили, но когда заметили, было уже поздно. Он не ел уже несколько дней, только пил. Попытки накормить его силой закончились страшной рвотой и успехов не принесли. Родители ринулись в больницу. Ребенку дали наркоз и положили под восстанавливающую организм капельницу, предположив, что после он забудет о своей идее. Но ребенок ничего не забыл и врачи только и сумели, что договориться с ним поставить зонд.

С зондом он пробыл 3 месяца, пока не нашли психолога из Стокгольма, который взялся помочь. Составив планы специальных тренировок, психолог рассказал в доступной форме, что от пищи болеют редко, что еда – это энергия. Наш герой уже и сам хотел избавиться от зонда, но каждый раз все попытки его убрать оканчивались неудачей.

Тогда психолог обучил родителей специальной программе, и они стали тренировать мальчика.

Сначала неделю мальчик ел со всеми за столом, но из пустой тарелки. Он брал ложку и просто имитировал процесс еды.

Когда он сказал, что это больше не вызывает у него отвращения, то перешли к тому, что он брал еду ложкой, подносил к губам, а потом выбрасывал, пока тарелка не оставалась пустой. Следующим этапом было коснуться губами пищи, потом языком, и только через месяц психолог предложил мальчику есть мороженое, то, что он любил больше всего на свете.

Они попробовали делать это наедине в комнате с психологом. После

второй ложки началась рвота. Тогда было решено, что мальчик останется один и будет есть перед зеркалом. И это сработало! Вот так, начав лизать мороженое, аутист-аспергер перешел к обычной еде. Правда, на это ушло еще три месяца. Но ведь это был говорящий и понимающий ребенок девяти лет, а тут сидела кроха менее чем трехлетнего возраста.

Что я могла предпринять? Запихнуть еду насильно? Ну вот разве ехать в больницу и ставить зонд?! Я понимала, что больница, зонд и все остальное могут нанести непоправимый ущерб ее психике. Я проклинала себя и в панике не знала, что теперь делать. Наконец, от полного бессилия я взяла запечатанную бутылку с яблочным соком, пустую поилку и пришла в комнату. На кровати сидел ребенок, исхудавший за один день, и смотрел на меня печальными глазами. Я открыла бутылку на глазах у Аурель, налила сок в поилку и сказала:

- Вот твой любимый яблочный сок! Я его тебе наливаю, пей, - и подала ей.

Я молила всех святых, и внутри все дрожало. Аурель протянула ручонки, взяла поилку и стала пить! Все, я вздохнула с облегчением.

Через неделю после этого я стала понемногу разбавлять яблочный сок грушевым и через две недели полностью заменила его таким подмешиванием на грушевый. Состояние Аурель после того, как из ее меню ушел яблочный сок, заметно улучшилось. Уже чаще я видела реакцию на имя и понимала, что дело тронулось. Но то, о чем я мечтала – прорыв со словами и коммуникацией – не произошло и тут. Ребенок молчал...

В конце декабря 2006 года мы поехали в Германию, чтобы на каникулы отдать Аурель родителям. Мы плыли тем же паромом, что и два месяца назад, и вот тут я увидела, как много уже изменилось! Я увидела, что ребенок от нас не убегает. Мы сидели с мужем, а Аурель бегала взад и вперед мимо нас и возвращалась! Все, что происходило,

казалось мне блаженством. Я была счастлива и снова надеялась на скорый прорыв.

Пребывание у родителей ознаменовалось переходом от сока к воде, причем она научилась пить из стакана. Это была большая победа!

Но все это потонуло в массе негативных поведенческих реакций. Вернулись истерики, ушло взаимопонимание, а главное — она опять больше не обращала на нас внимания и бежала, куда глаза глядят. Перед нами была другая Аурель и как быть, я не понимала.

Я была в шоке, но что я могла изменить?! Тогда я даже не понимала, что диета уже начала свою работу и это был «эффект отмирания» одной патогенной кишечной флоры и одновременно разрастание другой.

Я даже не знала, что надо было ввести антикандидозные препараты и активированный уголь, чтобы отвести токсины и помочь ребенку. Понимание проблемы пришло много позже, когда я встретила со многими родителями и узнала больше об их опыте. А на тот момент это стало страшным испытанием для меня. Я винила себя и старалась вычистить диету еще лучше, но это не помогало.

В книге у МакКандлесс о кандиде говорилось вскользь, и когда и как с ней бороться, было неясно. Аурель откатилась назад и в развитии, и в физическом состоянии. Только через месяц по чистой случайности я ввела пробиотики Культурелле и они чуть-чуть обуздали кандиду.

Сейчас на сайте мы всем советуем активно ввести антикандидозный протокол и давать либо активированный уголь, либо энтеросгель. Все новички готовы к новым негативным изменениям и не теряются в такой ситуации.

## **Часть III. Борьба за выздоровление ЖКТ**

### **Кандида и патогены как главные враги**



Так что же такое кандиды? Кандиды - это дрожжевой грибок, который обычно присутствует у всех людей в ЖКТ и бывает нескольких видов. В здоровом кишечнике у человека находят уют и дрожжевые бактерии, и условные патогены, и полезные бактерии. Все они живут в симбиозе и находятся в равновесии, пока главная правительница — иммунная система — здорова и может наводить порядки в своем королевстве. При любых сбоях в работе организма — болезнях, для лечения которых используют антибиотики, аллергиях, неправильной работе печени и многих других патологиях, кишечная флора страдает, иммунная система не справляется, и в это время кишечник предоставлен сам себе и может заселяться патогенной флорой.

Состояние кишечника, в котором погибла полезная флора и преобладает патогенная, называется дисбактериозом кишечника.

Хронический дисбактериоз приводит к синдрому «раздраженной» или «протекающей кишки».

В предыдущих главах я рассказывала о проблемах пищеварения у детей с аутизмом. Поскольку они варьируются в зависимости от состояния ребенка, то и симптомы проявления не однозначны для всех. Однако у всех детей они создают благоприятную почву для развития патогенной флоры, и часто доминирующей там становится кандида. Ввод диеты, а под этим надо понимать исключение всех продуктов, на которые у ребенка аллергии или непереносимости, помогает очистить кишечник от непереваренных остатков. Ребенок резко улучшается в поведении и способности к коммуникации сразу по двум причинам — нет больше опятных остатков и уменьшается интоксикация от патогенной флоры. Вывод из рациона ребенка сахара, дрожжей и яблок тоже оздоравливает кишечник. Какое-то время может казаться, что все теперь наладилось и прогресс не за горами, но одновременно прекращается и поступление кисломолочных продуктов в организм и многих других продуктов, помогавших поддерживать баланс кишечной

флоры. Полезные бактерии не выдерживают конкуренции с патогенной флорой и она снова берет верх.

И вот родители, не успевшие даже насладиться улучшающимся поведением ребенка, с ужасом наблюдают регресс. Поведение ребенка резко ухудшается и снова появляется гиперактивность, беспричинный смех, могут даже вернуться и ухудшиться проблемы со сном. Иногда ребенок начинает кружиться волчком и снова теряется глазной контакт. Некоторые родители замечают, что у их детей появляется красное кольцо вокруг ануса, рассеянность, гнев, агрессия, головные боли, такие, что некоторые дети даже бьются головой. Все эти симптомы указывают на разрастание кандиды. Существует даже признак так называемого «кандидного» стула, когда вместо сформированного кала мы видим «воздушный», похожий на губку или пенистый зловонный. Кроме того, в стуле может появляться большое количество непереваренных остатков пищи или такие длинные полоски, как в расплавленном сыре. Иногда начинается понос, но бывают и запоры, а может быть и так, что стул выглядит совершенно нормально, но поведение ребенка ясно указывает на разрастание кандиды. Хотя если в этот момент сделать анализ кала на дисбиоз, он может и не показать наличие кандиды.

Это кажется невероятным, но многие ДАН! врачи, несмотря на отрицательный анализ на патогенны, рекомендуют курс антикандидозного лечения.

Я разговаривала с одной мамой, которая тоже уже не первый год лечит своего ребенка, и на мой вопрос об анализах, она сказала: «Они мне кажутся бесполезными, ибо я вижу, как он глупеет на глазах. В тоже время анализ чист и ничего не показывает. Просто по симптоматике я ввожу антикандидные добавки, и ребенок успокаивается на глазах».

Все это правильно, потому что надо понимать, что кандидные дрожжевые грибки могут разрастаться не только в кишечнике. Они

бывают также во рту (молочница), на коже (в промежности, на ступнях, между пальцами ног и рук или в других областях), и в любых внутренних органах. И самое страшное, они могут быть и в мозге.

Главное — это принять как неоспоримый факт, что кандидные проблемы есть у всех детей аутичного спектра и понять, как выражаются кандидные проблемы именно у вашего ребенка.

Вот как описывает кандидные проблемы своего сына одна мама:

«У различных детей различные симптомы. У моего сына самый очевидный симптом — это респираторный. Кандида, а попросту дрожжи, начинает разрастаться в носу. Он начинает тереть глаза и нос, складывает вместе пальцы и нюхает их, иногда делает то же самое с бровями. Начинает много моргать, как будто что-то попало в глаза. Если дело заходит далеко, у него может начаться раздражение в горле, а потом и настоящий тонзиллит.

Мы научились хорошо распознавать ранние признаки. Теперь, лишь только появляются излишние мигания или темные круги под глазами, мы достаем бутылочку с ЭГС (экстракт грейпфрутовых семян).

Другой признак дрожжей, который мы заметили, был пощипывание им рук.

И всегда при разрастании дрожжей у него наступало затруднение в общении и повышенная возбудимость.

Когда мы укротили дрожжевого монстра, мы заметили огромные улучшения в области коммуникации».

Важно понимать, когда кандида может усилиться, чтобы быть наготове. Чаще всего это происходит в следующих случаях:

- при употреблении продуктов, на которые есть непереносимость. Поэтому на ввод любого нового продукта уделяйте минимум неделю, лучше две, в это время — больше ничего нового, иначе вы не сможете понять, что вызвало вспышку проблем;

- при вводе новых добавок.

По своему опыту я заметила, что самые полезные для нас добавки вызывали наибольшее разрастание кандиды. Я даже поняла механизм этого. Если добавка была нам необходима, то это означало, что до этого существовал какой-то дефицит этого вещества и какие-то процессы не происходили. Обычно это связано с работой ЖКТ, то есть не происходило правильное расщепление и всасывание каких-то веществ. С вводом добавки происходит активизация слабого звена, происходит ускорение выведения токсинов или усиление борьбы иммунной системы с патогенами. При их вымирании и усиленном движении токсинов в организме кандида разрастается подобно появлению пены в грязном потоке, стараясь занять освободившееся пространство. Поэтому все добавки надо вводить СТРОГО ПО ОДНОЙ и начинать следует с 1/8 дозы, постепенно увеличивая ее примерно в течение пары недель. При этом необходимо усилить антикандидозный протокол.

Приведу свой пример: у нас при вводе витаминов В, видимо, как раз и шло разрастание кандиды, и в ЖКТ образовывались какие-то вещества, становившиеся токсичными для ребенка. К сожалению, в тот момент я вообще не понимала, что происходит и как надо действовать. Хорошо, что у меня хотя бы хватало ума понимать то, что я вижу — данные добавки нам не идут. А ведь я встречала много информации о том, что положительный эффект от лечения обязательно проявится ухудшением состояния. Но, поразмыслив, я поняла, что если такой эффект происходит на дозе 1/8, то вряд ли стоит ее увеличивать. Лучше искать и устранить причину, а потом снова вводить препарат, иначе вы своим можете довести ребенка до неменяемого состояния, из которого вывести его будет очень сложно. Так что лозунг «Это очень хорошо, что сейчас нам плохо» может обернуться еще большим горем.

Но вернемся к кандиде. Она настолько многолика и опасна, что многие ДАН! врачи советуют бороться с ней постоянно и регулярно.

Для этого существует масса средств как медикаментозных, так и натуральных.

К медикаментозным средствам относятся такие, как дифлюкан, кетоканазол, макмирор. Не забудьте, что надо внимательно относиться к составу препарата и не давать ребенку таблетки, в состав которых входит лактоза.

Но есть много натуральных и тоже очень эффективных средств. Во-первых, сама диета, как мы уже видели, является антикандидозным средством, а во-вторых, хорошо помогают такие средства, как пробиотики - добавки, обеспечивающие полезные бактерии. Они помогут не только восстановить полезную микрофлору кишечника, но также и избавиться от дрожжей, поскольку эти бактерии будут бороться с дрожжами за жизненное пространство. Когда вы выберете пробиотик, начинайте с малой дозы и наблюдайте за эффектом. Бывает так, что пробиотик переносится хорошо, но вызывает реакцию вымирания патогенной флоры и поэтому трудно сказать, что вызывает отрицательный эффект – непереносимость к пробиотику или такая реакция.

Пробиотики выращивают на определенной среде, состоящей либо из молока, либо из яблок, либо из других составляющих. Если вы придерживаетесь БГБК диеты, удостоверьтесь, что выбранный вами пробиотик не содержит молока, или не выращен на составляющих молока. К слову сказать, в России нет ни одного пробиотика, который был бы безопасен для аутичных детей. Тут лучше покупать импортные.

Ведущая фирма в области изготовления пробиотиков – это американская фирма «Клэр». Эти пробиотики содержат до 50 миллиардов различных полезных бактерий (бифидо, лакто и разных других дружественных микроорганизмов) и могут помочь в очистке кишечника от плохо переваренных протеинов и даже служить детоксификаторами ЖКТ.

Другая фирма «Культурелле» производит один из лучших и высокоочищенных от молока пробиотиков с лактобактериями, где в одной капсуле содержится до 10 миллиардов лактобактерий. Но тут надо подходить очень осторожно, поскольку абсолютной чистоты фирма не гарантирует, и ее продукция содержит в мизерных количествах казеин. Бактерии выращены на молочной сыворотке, и производитель гарантирует, что его продукция содержит в одной капсуле следов казеина менее 15 частей на миллион.

И хотя следы эти микроскопичны, но есть дети, которые реагируют даже на это мизерное количество.

К другим очень эффективным натуральным антикандидным средствам относится масло орегано, цитросепт (он же экстракт грейпфрутовых семян, или ЭГС), толокнянка. Не забывайте, что при сильном разрастании кандиды их применение может вызывать весьма сильный «эффект отмирания». При таком эффекте в кровь поступает такое количество токсинов, выброшенных убитыми микроорганизмами, которое приводит к отравлению организма носителя. При этом может возникнуть сильная головная боль, боль в животе, гиперактивность и другие симптомы, так что будьте внимательны. Чтобы уменьшить этот эффект, вы можете дать активированный уголь или энтеросгель, которые помогут абсорбировать и вывести токсины. Надо только помнить, что давать их надо не менее чем через 1.5–2 часа после приема препаратов или за 1.5 часа до приема. Обычно такая мера бывает вполне достаточной, чтобы помочь ребенку.

Цитросепт очень сильный препарат, поэтому начинайте с одной-двух капель на полстакана воды. Если ваш ребенок принимает ингибиторы обратного захвата серотонина, не следует принимать ЭГС, поскольку он замедляет работу печени и действует на уровень ингибиторов захвата серотонина в крови. Тем, у кого печень и без того работает медленно, следует его избегать, или, если по каким-то причинам он необходим,

рекомендуется избегать острой и ароматной пищи.

Последнее время я очень эффективно использовала в борьбе с кандидой специальные ферменты, которые имеют торговое название Кандекс. Это единственный препарат, который работает без побочных эффектов. Кандида – это грибок, и у людей с разрастанием его в толстом кишечнике зачастую образуется большое количество непереваренной клетчатки. Считается, что слизь, вырабатываемая в кишечнике из-за проблем с перевариванием клетчатки, может «защищать» кандиду от действия антикандидных препаратов. Кандекс содержит ферменты, которые позволяют разрушить этот защитный слой и добраться до кандиды. Дрожжевые грибки (кандида), о которых мы все время говорим, это группа организмов, считающихся безхлорофильными растениями. Они могут существовать как одна отдельная клетка, а могут формировать многоклеточный организм, называемый мицелий (грибок). Клетки его содержат целлюлозу и хитин. Хитин – это полисахарид, по структуре близкий к целлюлозе. У человека не вырабатывается фермента для переваривания целлюлозы, поэтому он добавлен в Кандекс. Под его действием эта скопившаяся клетчатка будет расщеплена и выведена вместе со слизью. Дрожжи в этом случае не отмирают, а просто растворяются, и Кандекс на сегодняшний день самая щадящая антикандид-ная терапия. Таким образом, это единственный препарат, который безопасен для человека. К этому препарату невозможно привыкание, и под его воздействием патогены не могут мутировать.

Применение же всех остальных лекарственных или натуральных средств может быть токсичным для организма, а длительное употребление какого-либо одного может привести к тому, что патогены в вашем кишечнике станут к нему нечувствительны. Вот поэтому ДАН! доктора и родители говорят о ротировании антикандидозных минимально через десять-четырнадцать дней.

Что касается бактерий, то их существует также много типов, среди

которых такие вредные бактерии, как клостридия, цитробактер F, хеликобакгер пилори, клебсиелла и еще много других.

Родители отмечают, что при разрастании бактерий у ребенка ухудшается глазной контакт, усиливается агрессивность, начинаются истерики, размахивание руками, самостимуляция. Стул учащается до 10-15 раз в день, становится мягким либо даже жидким, приобретает зловонный или кислый запах.

Лечение бактериальной инфекции также проводится лекарствами и растительными препаратами, которые ориентированы на данный вид бактерий.

Но борьба с патогенами заканчивается победой только тогда, когда в борьбу с ними вступает собственная иммунная система.

Как показывает практика, ни диета, ни антикандидная терапия сами по себе не могут восстановить разрушенную иммунную систему. В случае с аутичными детьми, как только подлечен кишечник и вы научились бороться с кандидой, надо переходить к терапиям, которые восстанавливают иммунную систему. Такой терапией для всех является хелирование — терапия, позволяющая вывести тяжелые металлы из организма. Многие родители, боровшиеся с кандидой с переменным успехом несколько лет, сообщают, что после 15 — 20 раундов хелирования проблема кандиды отошла сама собой.

Как я уже писала, я не сразу поняла, что кандида многолика и опасна. Мы сделали анализы кала и мочи на аминокислоты. Ответы были успокаивающие, и я решила, что у нас нет этой проблемы.

Жуткое поведение ребенка я объясняла разными причинами: трудный характер, отсутствие родителей и частая смена места жительства. Все что угодно, но только не кандида.

Из добавок ввести не удавалось практически ничего. Не шли витамины группы B.

Кальций и магний тоже не получалось давать в необходимом



объеме, ребенок получал только половину дозы.

Сегодня я не могу понять, почему я не сделала правильных выводов сразу — я же видела покраснение ануса, боролась с постоянными запорами и при этом только убирала подозрительные продукты. Все списывалось только на них. Пробиотики улучшали ситуацию, но не сильно, а я бездействовала. Пойми я тогда, что у нас кандида цветет пышным цветом, то, наверное, не потеряла бы целый год, драгоценный год.

Вот как пишет на форуме мама всего после пяти месяцев диеты и биомеда: «...по своему опыту скажу, что после введения диеты с полным исключением казеина и глютена дня два было резко контрастирующее с привычным поведением спокойствие, а затем полезли непереносимости и кандида, усилилось возбуждение. Причем так, что можно было не выдержать. Нам толокнянка и клюква не помогли. При введении макмирора сразу все нормализовалось». Я же блуждала в трех соснах, тогда еще у меня не было сайта, где бы хорошо освещались вопросы кандиды и ее опасности, как это сейчас «разжевываем» мы на сайте «Аутизм. Помощь родителям».

Я никак не могла понять, почему все так происходит, почему именно то, что в дефиците в организме Аурель, добавить не удастся, и что же теперь делать.

Я была в растерянности. Мне казалось, что Аурель никогда не заговорит, и никогда мы не получим результата, и что все это лечение не даст нам ничего!

Тогда я решила обратиться на сайте МакКандлесс к ней самой с вопросом относительно витаминов группы В. Ее ответ стал для меня началом нового этапа. Она написала, что поскольку я уже год на чистой диете, то, может быть, стоит начинать вывод тяжелых металлов, и этот шаг потом даст возможность прийти к такому состоянию организма, когда группа В перестанет быть проблемой. Далее она подчеркнула, что для вывода металлов применяются добавки, которые дают рост

кандиды и надо заранее подготовить ЖКТ, введя антикандидный протокол на ротации.

Когда я ввела постоянный антикандидозный протокол, то увидела, что поведение и понимание речи у Аурель улучшились. С тех пор Аурель не оставалась без антикандидозных средств. Кандиду мы усмирили и взяли под контроль.

Сегодня я понимаю все мои ошибки и пытаюсь предостеречь других от их повторения. В то время я никогда бы не поверила, что причина всех наших неудач укладывалась в одно слово – кандида! Но поверьте, это было именно так.

## **Определение судорожной готовности мозга аутистов и другие бесполезные исследования и терапии**

В XXI веке, когда мы говорим о каком-то заболевании, мы все привыкли говорить об исследованиях, анализах и думать с гордостью, как мы победили невежество и бессилие прошлого. И хотя мы так и не стали бессмертны, вот эта детская вера в прогресс и возможность получить грамотную медицинскую помощь сидит в сознании каждого. Это культивируется врачами, средствами массовой информации и создается такая рафинированная картинка, что ты приходишь к врачу, он проводит обследование и... радостный миг -ты излечен или знаешь в чем причина твоих несчастий.

Я не была исключением и тоже хотела все исследовать и понять, как помочь ребенку. Хорошо, что я уже в интернете нашла, что официальная медицина всех стран бессильна в случае с аутизмом и шведская медицина тоже по этому поводу ничего не предлагала. Но в Швеции врачи относятся к исследованиям в случае аутизма

хладнокровно и говорят: «Диагноз ставится по поведенческим критериям и гестам, лечения не существует. Вам будут предложены психотропные препараты только в случае деструктивного или очень агрессивного поведения ребенка. Но мы проводим исследование головного мозга с целью набора исследовательского материала, поэтому, если вы хотите, то мы можем сделать исследования под наркозом сейчас, но вы можете отказаться от исследования, если боитесь, что наркоз отрицательно повлияет на ребенка, или вы можете сделать исследования мозга позже, как и анализ ДНК».

Анализ ДНК мы сделали сразу. Никакого отклонения от нормы там не было обнаружено. Да мы уже и так знали, что это исследование не подтверждает и не опровергает диагноз, а делается только ради статистических данных.

От исследования под наркозом мы отказались и решили их вообще не делать.

Я даже не знала, что только в Швеции так либеральны по отношению к сбору статистических данных. Во всех остальных странах исследования мозга при постановке диагноза аутизм обязательны. Исследователи надеются найти какую-то зацепку, но пока тщетно, а дети от таких исследований, к сожалению, только страдают. Ни один аутичный ребенок не сможет выдержать такие исследования, и их делают либо под наркозом, либо дают сильнодействующие успокоительные средства.

Исследования делают с помощью энцефаллограммы мозга или, в редких случаях (чаще в России), МРТ.

Энцефаллограмма — это запись электрической активности головного мозга или его отдельных участков в течение некоего промежутка времени, выполненная посредством специального прибора — энцефалографа.

МРТ (магнито-резонансная томография) - способ получения «картинки» структурных изменений в головном мозге с

использованием эффекта магнитного резонанса атомов водорода. Такой метод не дает лучевой нагрузки на организм и противопоказан только людям, использующим кардиостимуляторы (мощное магнитное поле нарушает их работу). Но я встречала врачей, которые много работают с неврологическими больными и говорят о том, что исследование это предпочтительнее не проводить детям без крайней необходимости.

Вообще, во всех странах мира эти исследования не становятся основой лечения аутизма у детей, так как проблема эта еще не изучена, но Россия и все постсоветские страны в этом вопросе стоят особняком, тут эти исследования берут за основу и экспериментируют с лечением.

Вот несколько примеров, что пишут родители:

«Сегодня у нас событие. Приехал профессор, зав. кафедрой детской психиатрии из города Е. Нас смотрел. В общем, он мне понравился, знаете, чем? Биокоррекцию и диету он не отрицает, но в них не верит, и просто сразу дал назначения. Сказал, что учитывает, что у всех аутистов органическое повреждение лобной доли», судорожная активность повышена и гипертензия внутричерепная. Назначил финлепсин ретард по таблетке в день в течение трех лет. И курсами диакарб, кортксин, церебролизин, танакан. Обещал, что речь через год прорвет. Он так и сказал прорвет!»

Хорошо, что мама из тех, кто общается на нашем сайте и не ждет от профессора помощи, пошла на встречу из любопытства, а вдруг «светило» привезло что-то новое. Хорошо, что хоть исследования профессор не потребовал, потому как на выезде был, а не на кафедре принимал.

Но если родители ничего сами не ищут и полагаются во всем на Докторов, то доктора их просто парализуют своими умными фразами, и родители свято верят во все назначения, хотя весь мир знает, что это не поможет. А как страшно звучит фраза: «Надо посмотреть судорожную готовность мозга. Часто это преддверие эпилепсии».

Испуганные родители, как кролики, загипнотизированные удавом, идут проводить эти исследования в надежде получить ответы на вопросы «Почему, что делать и как помочь?»

Самое жуткое, когда врачи уверяют их, что исследование мозга поможет в правильном подборе лечения. Даже если родители слышали что-то о вреде наркоза, то думают, что польза перевесит риск, и не могут понять, что никакого лечения от аутизма у официальной медицины нет, а все, что будет назначено, в лучшем случае не поможет, а в худшем – навредит.

Постановка диагноза аутизм в России до сих пор не отработана и идет от противного – сначала подозревается все что угодно, в том числе и опухоли мозга, и только если это отсекается, то рассматривается аутизм как совершенно редкое явление. Хотя во всем остальном мире детские психиатры ставят диагноз, просто понаблюдав за ребенком один час.

И хотя официальная статистика дает сведения, что в более старшем возрасте при диагнозе аутизм нередко развивается эпилепсия, до сих пор неизвестны причины, по которым такое происходит. У многих аутичных детей такие исследования подтверждают «судорожную готовность мозга», но родители, которые начали диету, говорят о том, что эта самая «судорожная готовность» пропадала после года диеты, и ни у кого не наблюдалось развития эпилепсии.

Иногда я думаю, что если бы врачи проводили подобные исследования всем наркоманам, то тоже бы, наверное, увидели судорожную готовность и даже гидроцефалию мозга, ведь наркотики отравляют организм и отравление может давать различные побочные эффекты.

Таким образом, введение диеты в первую очередь ведет к детоксикации организма ребенка и улучшению его самочувствия. Я уверена, что каждый родитель в состоянии таким простым способом помочь ребенку - исключить из рациона продукты-«наркотики» и

поддерживать иммунную систему и ЖКТ.

Таких свидетельств на нашем сайте десятки и я приведу некоторые из них.

«Моему сыну Марку шесть лет, четыре года назад сделали энцефалограмму мозга и начали лечить гидроцефалию. Скормили тонну лекарств. Психиатр и невролог трясли этой энцефалограммой и пользовались моей медицинской безграмотностью и шоком. Они доказывали, что все симптомы: отсутствие речи, припадки, стереотипные движения – из-за давления ликворной жидкости на какие-то участки мозга, и вот какая-то миндалина дико там увеличена, что показывает умственную отсталость. Прошел год, мы продолжали принимать лекарства, но ребенок только регрессировал, и я поняла, что надо что-то делать. Пошла к другим специалистам и получила диагноз РДА (ранний детский аутизм). Было жутко, засела за интернет и нашла информацию о диете и биокоррекции. Внедрила, и через полгода диагноз стал ЗПРР, но эта гидроцефалия преследовала нас, так как эта энцефалограмма четырехлетней давности оставалась в медицинской карточке ребенка. Для уточнения нас заставляли ее повторить и вот после года диеты мы сделали МРТ, и никакой гидроцефалии не нашли, миндалина в норме».

В данном случае исследование не навредило ребенку, но гораздо страшнее вот такое развитие событий:

«Расскажу, как нам делали ночное видео ЭЭГ (метод регистрации электрической активности (биопотенциалов) головного мозга через неповрежденные покровы головы, позволяющий судить о его физиологической зрелости, функциональном состоянии, наличии очаговых поражений, общемозговых расстройств и их характере).

Мне бы и в кошмаре такое не приснилось, как медики над больными детьми издеваются. Конечно, я могла бы этого не допустить, но меня убедили, что для нас это было необходимое обследование. Нас привели в отдельную палату в 9 вечера и, не дав заснуть, стали

подключать на пластырь всякие присоски на грудь, плечи, надели шапочку с кабелем. Кабель идет к сумочке с ручкой и от нее удлинитель в розетку. На мои возражения сказали, что должны снять ЭЭГ в период бодрствования. Но после-то нас никто отключать не собирался. Пятилетний Саша уже очень сильно хотел спать, и этого было достаточно для глобальной истерики. Тут еще поналепили всего, а главное, что раздражало его - шапочка. Он целый час бился в истерике (все это время я держала ему руки, чтобы он ничего не содрал, плюс держала сумочку, потому что сын метался по палате, а голова к сумочке как к гире на цепи прикована). Я пыталась взять его на руки, чтобы хоть немного успокоить, но потом решила, что с нас хватит. Сказала Саше, что тетя сейчас придет и снимет шапочку, он сразу успокоился и где-то полчаса сидел спокойно - хоть немного сняли ЭЭГ в спокойном состоянии. Вызвала медсестру и спросила, как предполагается ему засыпать в таких условиях, на что услышала, что когда-нибудь он все равно заснет. Лечащий врач не присутствовал лично при проведении обследования и по телефону распорядился дать ребенку снотворное. Саша, поняв, что шапочку не снимут, снова стал кричать. Потом он забылся тяжелым сном — шапочка мешала жуть. Проспал он всего 1 час 15 мин, а ЭЭГ предполагалось закончить в 9 утра. Сначала он опять собрался уйти из палаты — покричал какое-то время, я его держала, а потом он уже не стал плакать, а просто весь побелел и стал к двери пробиваться как зомби. Я не даю ему пройти и сажаю на кровать, он ложится на пол и ползет. И все это молча. Я не выдержала и сказала медсестре, что если они сейчас же нас не отключат, то у меня самой будет нервный срыв. Возражать больше мне не стали».

Ну что тут скажешь? А ничего. Мама, прибитая грозными уверениями врачей, пыталась ценой психического здоровья своего сына сделать абсолютно бесполезное для ребенка исследование, чтобы дядя доктор поиграл в ученость. Ну что сказать о результатах?

Ребенку эти исследования не помогли, но многочасовая истерика стала причиной асфиксии, в течение которой головной мозг недополучал кислород. Мама и предположить не могла, что это бесполезное исследование станет причиной регресса у ребенка. Прошел уже почти год после исследования, а ребенок не может выйти на тот уровень развития, который был у него до этого издевательства. А что касается доктора, то он за это не отвечает.

А вот еще один рассказ об исследовании МРТ:

«На МРТ поехали от безнадежности. Все врачи в один голос говорили, что только с результатами МРТ что-то можно сказать и проверить на опухоли.

Малыш не был еще на диете, но состояние на тот момент я оценивала как хорошее – он с удовольствием занимался, был относительно спокоен, неплохо засыпал, давно не было каких-то ужасных истерик. Даже снова начал говорить - мама, папа, баба, дядя. Когда мы приехали на МРТ - с 8 часов утра и до 11.30 Мише не давали даже пить – ждали анестезиолога, и он переносил это удивительно спокойно.

Наркоз поставили в 11.30, сделали обследование и сказали, что где-то через час он проснется. Когда мы его несли в палату, то заметили, что у Миши западает язык и полуоткрыты глаза - два часа мы сидели и держали ему язык, чтоб мог дышать. В таком состоянии ему послушали сердце, и мы его забрали, т.к. надо было срочно выезжать домой. Проснулся Миша только в 15.30 и был как пьяный в веселом состоянии и совсем не мог ни стоять ни ходить. Когда мы выехали, у него началась истерика, но где-то через час он заснул. Но когда мы в девять вечера приехали домой и Миша проснулся, снова началась истерика на несколько часов. Следующую неделю после наркоза Миша кричал с утра до вечера, не прекращая, очень плохо спал и часто просыпался, практически не ел, был очень беспокойным, не давал выключить свет, стал чаще вставать на голову, отказался выходить на улицу и



заниматься со специалистами. Потом состояние немного улучшилось, как раз через две недели мы начали вводить диету, но без крика засыпать он стал только через три месяца, а нормальный сон восстановился спустя еще месяц, когда начали давать мелатонин. Миша вообще стал очень сильно утомляться после этого наркоза, его общее состояние и иммунитет ухудшились очень сильно. И вот возникает у меня такое ощущение, что этим наркозом Мише навредили очень сильно и безвозвратно».

Другая мама так описывает исследовательские издевательства: «Я была близка к тому, чтобы разгромить весь кабинет МРТ и набить морды всем присутствующим! Ребенку трижды кололи наркоз, а он просыпался и начинал кричать.

Десять часов дикой истерики, ничего не соображающий, перепуганный ребенок и как результат - передозировка наркоза, и все это при аутизме. Те, кто делают исследования, ни малейшего представления не имеют ни о проблемах аутичных детей, ни об их гиперчувствительности, ни о дозах наркоза, допустимых для таких детей. После были и рвоты, и судороги, и регресс».

Вот после этого и хочется спросить, а зачем это издевательство во имя науки?

Конечно, в определенных случаях при подозрении на опухолевые процессы такие исследования необходимы, но вот только при опухолевых процессах картина поведения ребенка совершенно другая и нейрохирурги всегда легко ее видят. В случае же с аутизмом эти исследования еще ничего не показали, но поскольку составляют рутину, то делаются всем детям. А если после проведения исследования у ребенка начнется регресс: «Что же вы хотите, — скажет доктор, — у него ведь аутизм, и будет только хуже».

Тысячу раз обдумайте, а так ли надо вам это исследование? Никакого лечения за ним ведь не последует, а риск, что ребенок

получит шок и его состояние ухудшится, очень велик.

Кроме исследований официальной медицины вы можете столкнуться еще с кучей бесполезных исследований или лечений, которые проводят аутичным детям околонучные доктора, обещая несчастным родителям золотые горы. Все они (исследования и лечения) хоть и не всегда опасны для здоровья, но очень дорогостоящи, и в конечном итоге бесполезны. К таким можно отнести метод биорезонансной диагностики, лечение аминокислотами, иглоукалывание, трудотерапия и многое другое. Вы даже можете во время процедур видеть какой-то эффект улучшения, но вскоре после их окончания все пропадает, да это и понятно – ведь основные проблемы, угнетающие иммунную систему, остаются.

Особняком стоит Магнитный резонанс и обкалывание ноотропами, которые могут быть весьма опасны для вашего аутичного ребенка. Все эти лечения рассчитаны на детей с совсем другим уровнем проблем, легко переносящих тактильный контакт и не имеющих гиперчувствительности, свойственной аутичным детям.

Приведу для примера магнитный резонанс, при котором происходит воздействие электрического тока на точки тела и одновременный электрофорез различных препаратов. Самым излюбленным на сегодняшний день является кортексин, в состав которого для консервации входят соли алюминия.

Эти воздействия легко переносятся разными детьми, но практически все аутичные дети получают шоковое состояние в той или иной степени от электрофореза. Введение таким образом солей алюминия через кожу в кровь вряд ли будет хорошо для аутичного ребенка, нарушенная система детоксикации которого уже не сможет вывести их из организма. Я видела нескольких детей, которые резко ухудшились от таких процедур, хотя дети с обычной умственной отсталостью или с другими проблемами легко переносят такие лечения и даже иногда весьма улучшаются на них, но только не те дети,

которые относятся к аутичному спектру.

Есть, конечно, и безопасные лечения и терапии, обещающие толчок в развитии. Например, терапии на основе общения с животными: дельфинотерапия – плавание с дельфинами, иппотерапия - выездка на лошадях, кинотерапия – общение с собаками, или лечение с помощью музыки – Томатис терапия. Все это дает для аутистов небольшой видимый эффект на короткое время, если аутиста не напугают или его сенситивность позволит, допустим, наушники с музыкой. Но поскольку основные проблемы не решаются, то все быстро возвращается на круги свои, а у родителей появляется зависимость от таких терапий. Вдруг в следующий раз эффект задержится и не исчезнет, и они платят бешеные деньги снова и даже просят помощи через газеты и телевидение на эти «лечения».

Есть те, кто бросается к гомеопатам, чтобы вылечить аутизм. Мол, у них есть хорошие результаты. Странно, лично я о положительных результатах ни разу не слышала. Если же разобраться в философии гомеопатии, то это метод лечения, главным принципом которого является назначение препаратов, вызывающих симптомы, аналогичные симптомам болезни. Концепция лечения по принципу «подобное подобным», когда ожидается, что сама иммунная система поймет и отреагирует правильно. В случае с аутизмом, когда проблема то и лежит в самой иммунной системе, дожидаться правильной реакции не стоит. На сайте у нас была одна мама, которая предпочла гомеопатию биокоррекции. Что она получила? На мой взгляд, просто потерю времени. Эта мама рассказала о результате, который она достигла за три года гомеопатического лечения, а у нас мамы получают такой за первый месяц – ребенок успокоился и стал спать ночью (ему шесть лет, но он так и не заговорил). Три года большой срок, и за это время можно даже восстановить ребенка, если начать биокоррекцию, когда ребенок еще не достиг четырех лет, как было в этом случае.

Уважаемые родители, все в ваших руках и вы сами выбираете

дорогу, будьте бдительны и подумайте.

## **Анализы, которые могут принести пользу**

Итак, официальная медицина исследует голову и сосредотачивается только на ней, поскольку аутизм считается психиатрическим заболеванием. ДАН! движение считает это заболевание системным и сосредотачивается на анализах, отражающих работу множества внутренних органов.

Если говорить о детях аутистах, то многие из них страдают массой желудочно-кишечных расстройств и заболеваний, таких как колит, рефлюкс-эзофагит, хронические запоры или диареи или то и другое, проблемами печени, поджелудочной железы, щитовидной железы, аллергиями на растения и пыль, и так далее.

Хорошо, если эти проблемы видны, тогда родители, по крайней мере, пытаются помочь своему ребенку, но часто действие опиат-ных остатков таково, что заболевания ребенка скрыты, и после ввода диеты родители потрясенно рассказывают о появлении аллергий, непереносимостей и других проблем с кишечником. Простой анализ кала зачастую (как и у нас было) не показывает дисбактериоз и поэтому разрастание патогенной флоры кишечника остается незамеченным.

Кроме того, многие дети страдают атопическими дерматитами, астмами, ушными инфекциями, пищевыми аллергиями - этот список огромен и никто в него не вникает. Диагноз ставится один — ребенок психически болен, вот поэтому он мечется и кричит, и воет, и бьется головой об стены. Врач-психиатр назначает кучу исследований головы и находит там гидроцефалию, судорожную готовность и массу того, что выходит за рамки понимания родителей. И вот весь этот кошмар и бред прекращаются, как по мановению волшебной палочки, через 3 — 5 месяцев диеты. Но проблемы ЖКТ не уходят сами по себе и ДАН! врачи

предлагают свой набор анализов. Поскольку все эти анализы во всем мире не покрываются страховкой, то можно смело говорить, что уже более шестидесяти лет родители аутистов во всем мире, где есть ДАИ! врачи, оплачивают все исследования, связанные с новыми методиками лечения их детей.

Исходя из этих исследований, было выявлено, что воспаление, которое вызывает синдром «протекающего кишечника», также повреждает защитное покрытие кишечной стенки, где идет выработка иммуноглобулина 1§А. Его присутствие в здоровом кишечнике помогает человеку бороться с инфекциями. Если стенки поражены, то выработка этого иммуноглобулина нарушается и организм становится менее стойким к вирусам, бактериям, паразитам и грибам, которые попадают в кишечник. Поскольку кишечник протекающий, эти патогенные микроорганизмы могут вторгнуться в кровоток и колонизировать практически любой орган. Если они сильно размножаются, продукты их жизнедеятельности могут стать причиной отравления ребенка, поскольку его печень не сможет вывести все токсины. Самым страшным может быть в этом случае нарушение детоксификационной способности печени.

В анализах таких больных могут выявляться вещества, которые обычно не встречаются у людей. В моче обнаруживают продукты жизнедеятельности патогенных организмов, которые никогда не могут быть у здорового человека, или показатели присутствия аминокислот в моче могут быть совершенно невероятные. Когда я читала о результатах биохимических анализов мочи аутистов, то не могла поверить, что такое возможно, но когда я сделала анализ мочи Аурель на аминокислоты, то была шокирована. Этот анализ был сделан через два месяца после начала диеты и характеризует фактически состояние организма до начала биокоррекции. Многие показатели были выше нормы, но показатель гиппуровой кислоты в моче трехлетнего ребенка

в 25 тысяч раз превосходил норму.

Выработка гиппуровой кислоты в организме чаще всего бывает ответом на выработку печенью бензойной кислоты. Нормального объяснения этому феномену, кроме как «ответ печени на вторжение непрошенных гостей», найти никто не мог.

Уже через год диеты и биокоррекции этот показатель уменьшился и превышал норму всего лишь в 10 раз.

К сожалению, делать такие анализы в Америке очень дорого, и поскольку состояние ребенка улучшилось так, что я перестала об этом беспокоиться, то мы приняли решение больше их не делать. С другой стороны, кроме информации эти анализы уже нам ничего не могли дать.

Но этот пример очень хорошо иллюстрирует, что токсины, смешиваясь с потоком полезных веществ, поступают из кишечника в кровь и могут легко проникать сквозь гематоэнцефалический барьер в мозг и повреждать сознание, восприятие, речь или поведение.

Это все и было у Аурель — отсутствовали речь, коммуникация и была дикая гиперактивность, хотя глютен и казеин уже были выведены из рациона. Но это и понятно, ведь «протекающий кишечник» теперь позволял другим пищевым продуктам, плохо расщепленным из-за проблем ЖКТ, проходить через слизистую кишечника в кровоток, и кандиды, которая разрастается у всех людей с ослабленной иммунной системой, у Аурель долго не была взята под контроль.

Итак, мы подходим к более детальному пониманию проблемы, и теперь становится понятным, почему ухудшение поведения можно рассматривать как результат нарушений деятельности кишечника, и почему необходимо очистить организм не только от опиатных продуктов, но и от всех других, на которые есть аллергические реакции или непереносимости.

Но сначала нам надо научиться четко разбираться в различиях между аллергией и непереносимостью.

Аллергия — это иммунная реакция с выработкой антител IgE. Реакция может быть не только на съеденные продукты, но также на вдыхаемую пыль, и проявляться даже при кожном контакте с аллергеном. Реакция зачастую проявляется в виде кожных высыпаний, экзем или астматических приступов.

Непереносимость — это реакция организма без выработки IgE. Как правило, симптомы непереносимости не так ярко выражены, что создает дополнительные трудности по ее выявлению. Еще больше трудностей создает то, что в отличие от аллергической реакции, которая обычно проявляется немедленно или не позднее, чем через два часа после получения аллергена, симптомы непереносимости проявляются позже — иногда в течение суток.

При аллергии реакция может возникнуть от любого, самого малого количества аллергена, а сила реакции непереносимости зависит от количества съеденного продукта.

Самыми легкими для выявления являются случаи пищевых аллергий. Как правило, реакция проявляется вскоре после употребления аллергена или контакта с ним, симптомы достаточно выражены: чаще всего это кожная реакция, но также можно видеть раздражение носа или глаз, проблемы с дыханием, сердцем. Можно также сделать тест на аллергии (аллергопанель), который покажет продукты, на которые есть именно такой вид реакции. В таких случаях аллергены должны быть исключены на долгое время.

Если с аллергенами все более или менее понятно, то вот с непереносимостями гораздо сложнее. Их симптомы проявляются не так скоро и не так резко. Это могут быть как проблемы с ЖКТ — боли в желудке, понос или запор, так и как кожные проблемы — экзема или акне и даже боли в суставах, головные боли, астма, нарушения сна, приступы гипогликемии.

Поскольку дети зачастую не могут описать свои ощущения, они «сообщают» нам об этом раздражительностью, истеричностью,

злостью и прочими поведенческими реакциями.

Если таких аллергий и непереносимостей много, то выявить их непросто. Конечно, можно сделать тесты на непереносимости, где предлагаются до 300 продуктов, но, во-первых, это стоит довольно дорого, а, во-вторых, не полностью достоверно. Я так и не решилась затратить на это деньги, а поскольку все это можно выявить на исключающей диете, то я сделала это с помощью вот такого исключения, которое было описано ранее.

Больше всего, конечно, всех интересуют анализы на непереносимость глютена и казеина, которые могут выявить пептидные остатки, под названием глиадоморфин и казоморфин в моче. В настоящее время такие анализы можно сделать во Франции, Норвегии и США.

Когда ДАН! стали делать такие анализы мочи всем детям аутистам, то увидели, что они не во всех случаях показывают эти остатки. Но даже при отрицательном результате анализа ввод диеты зачастую давал заметные положительные результаты.

Исходя из этого, в ARI была разработана рекомендация – пробовать вводить пятимесячную безглютеновую/безказеиновую диету для всех аутичных детей, чтобы организм очистился, и было очевидно, что вывод этих продуктов благотворно влияет на поведение, сон и коммуникативные навыки ребенка. Многие родители, вначале не верившие и скептически относившиеся к такому предложению, через некоторое время после ввода диеты становились ее яркими приверженцами.

Как вы сами понимаете, коммуникация с одурманенным наркотиком человеком затруднена и понятно, что, когда наркотик уходит, то ребенок улучшается в значительной степени. Конечно, эта степень варьируется в зависимости от индивидуальных особенностей ребенка, но ведь аутичный спектр весьма разбросан, каждый аутист уникален и одним надо на восстановление совсем немного времени, а



другим нужна еще и полная программа биокоррекции, прежде чем появятся значительные заметные улучшения.

В середине января 2007 года мы в первый раз отправили анализы в Американскую лабораторию «Great Plains», чтобы выяснить каково состояние ЖКТ у Аурель. О его результате я уже рассказала, но также мы сделали и анализ на выявление пептидных остатков в моче - так называемый тест на непереносимость глютена и казеина. Последний интересовал меня с чисто исследовательской стороны, и если бы мы получили отрицательный результат, то я бы все равно продолжила диету.

Результаты анализов подтвердили правильность выбранного пути – анализ мочи показал пептидные остатки глиадоморфины и казоморфины, анализ аминокислот показал дефицит витаминов, минералов и аминокислот, анализ кала оказался бесполезным. Другими словами, мы все-таки получили из лаборатории информацию, которую приняли как руководство к действию.

На том этапе результаты анализов стали для меня руководством по вводу биодобавок, и я была твердо уверена, что без анализов я бы никогда не могла идти дальше. Но знание того, что мне надо ввести эти добавки, не помогло мне ни капельки. В начале пути, когда диета только введена, а ЖКТ еще не подготовлен и там господствует кандида, эти добавки скорее вредны, чем полезны, и сосредоточиться надо на лечении ЖКТ и борьбе с кандидой.

Через год я познакомилась с одной мамой, которая сама восстановила своего сына. Она сделала только один анализ волос ребенка, который давал информацию о наличии токсичных металлов, а также о состоянии минерального баланса и надпочечников в организме ребенка. Лечение она вела по ДАН! протоколам, сделав заключение о том, что требуется для лечения, на основании косвенных признаков и симптомов. Вот тогда-то я и поняла, что в принципе эти анализы просто подтвердили, что проблемы у Аурель точно такие же,

как у всех.

Уже позже, общаясь со многими другими родителями, в том числе и с теми, кто работал с ДАН! врачами, сравнивая их протоколы и наш, я пришла к выводу, что все аутисты разные, но их проблемы одинаковы и связаны с желудочно-кишечным трактом, вирусами, пришедшими из вакцин или полученными из окружающей среды, с которыми так и не справилась иммунная система, и над всем этим довлеет влияние металлов.

Читая книги ДАН! и материалы различных ДАН! конференций, я проанализировала стандартный ДАН! протокол и те протоколы, которые ДАН! врачи давали своим пациентам, и пришла к выводу, что если ты не имеешь возможности контактировать с ДАН!, то вполне возможно, как советует МакКандлесс в своей книге, просто самой начать стандартный ДАН! протокол, потому что в конечном итоге никто без них не обходится. После стольких лет лечения и хороших успехов у ребенка, когда аутичные черты у Аурель пропали и она пошла просто в обычную школу, я могу сказать, что без такой дорогостоящей диагностики можно было бы и обойтись. Я потратила на диагностику в первый год 1000 \$, второй 500 \$, третий 150 \$.

Конечно, если бюджет семьи позволяет, то сделать анализы совсем нелишне, и основными анализами, на мой взгляд, являются копрограмма кала и анализ кала на дисбиоз. Эти анализы вы можете сделать у себя дома в России практически в любом месте. В последние годы, когда мы стали ездить в Россию, чтобы проводить баротерапию, то делали их там.

В принципе, неплохо сделать так же тест на пищевые непереносимости, чтобы составить полное впечатление о проблемах, но можно вычислить их, как я писала, с помощью исключаящей диеты. Я делала именно так.

Когда я читала книгу МакКандлесс, я поняла, что большинство

методов лечения по ДАН! протоколу можно ввести и без диагностики, поскольку существует масса косвенных признаков, по которым можно вычислить наличие той или иной проблемы. Но в начале лечения это было для меня немыслимо и, с точки зрения человека образованного, глупо. Мне хотелось обязательного медицинского подтверждения правильности выбранного пути. Хотя вводом витаминов и минералов никому нельзя навредить и их без всяких анализов используют люди, заботящиеся о своем здоровье. Только спустя несколько лет я поняла, что есть разница между нормальными и аутичными детьми. Эта разница в работе иммунной системы и ЖКТ, которая даже ввод самых простых добавок превращает в сложный процесс. В этом случае наличие или отсутствие результатов анализов не имеет значения, потому что сперва вам придется заниматься вопросами, о которых я говорила ранее.

Даже работа с ДАН! не освободит вас от проблемы, ибо ДАН! сделает анализы и, исходя из результатов, посоветует добавки. Но вот как действовать, если вы не сможете их ввести, если ребенок будет сатанеть от витаминов группы В или скакать как обезьяна от магния, который, теоретически, должен его успокоить - не всегда скажет и ДАН! врач.

А как быть, когда вот такой результат, как пишет одна мама: «Дорогие девочки, у кого-нибудь из детей были совершенно чистые анализы на пищевые непереносимости, антитела к вирусам, копрологию (все переваривается, лишняя клетчатка отсутствует)? Вот после лечения у дистанционного врача выросла бактерия клебсиелла. Следует ли это понимать таким образом, что организм не сопротивляется, не вырабатывает антитела, не показывает своих проблем даже при тестировании? Или просто не верить этим анализам? Когда я читаю, что кто-то нашел у ребенка реальные медицинские диагнозы, то чуть ли не завидую...

С младенчества ребенок часто простывает, не больше. Все болезни:

кишечные гриппы, отиты и синуситы обходили нас стороной. Что это означает, иммунитет совсем не работает? Объясните мне, а то я не могу понять наших анализов, а обычные врачи просят им не надоедать».

Что тут можно сказать? Если же состояние ребенка такое, что его анализы в обычной лаборатории указывают на конкретное заболевание, то лечить его, конечно, надо в поликлинике с участковым педиатром или в больнице.

Если вы видите, что у вашего ребенка все анализы хорошие, а есть проблемы, аутичного спектра, то подход должен быть иным.

Я с удовольствием проводила бы анализы в Америке и сравнивала их результаты ежегодно, чтобы видеть не только субъективную — по моим ощущениям, но и объективную — по анализам, картину состояния организма, но часто многие показатели анализов все равно не дают ответов на вопросы, что делать. Если же рассматривать материальную составляющую, то биокоррекция весьма дорогая штука и анализы в Америке тоже дорогие, поэтому я ограничила количество анализов только самыми основными — чтобы просто посмотреть изменения состояния ЖКТ.

Так что мой вам совет: для того, чтобы чувствовать себя уверенно, можно сделать недорогие исследования в обычной поликлинике, чтобы выявить состояние ЖКТ и печени. Для этого надо сдать анализ кала на дисбактериоз, копрограмму кала для просмотра уровня переваривания пищи и химический анализ крови. На основе этих анализов и рекомендаций ДАН! протоколов можно ввести биодобавки для коррекции различных состояний ребенка, в этом вам на нашем сайте помогут разобраться опытные мамы, среди которых есть также и доктора.

## **Часть IV. Очистка организма от ТОКСИЧНЫХ МЕТАЛЛОВ**

## Человек и токсичные металлы

К токсичным для человека металлам относят свинец, ртуть, алюминий и другие металлы, которые, попав в организм человека, наносят ему непоправимый вред. Первые два - свинец и ртуть, известны человечеству с древнейших времен. Так, свинец был известен еще в Месопотамии, где из него изготавливали большие кирпичи (чушки), статуи богов и царей, печати и различные предметы быта. Из свинца делали таблички для письма острым твердым предметом, а также использовали его при изготовлении бронзы. В более позднее время римляне стали изготавливать из свинца трубы для водопроводов. В средние века, благодаря своему тяжелому весу, свинец играл особую роль в алхимических операциях, где ему приписывали способность легко превращаться в золото. Свинец использовали в изготовлении посуды и красок. До наших дней мы донесли свинцовые краски, которые, в основном, и служили источником отравления маленьких детей (отравление людей, связанных с производством, я сейчас не рассматриваю).

В 60-е годы эти краски применяли везде - в домах, игрушках, мебели. Дети, тащившие в рот игрушки, кусывавшие краску с подоконников и спинок кроватей, жевавшие свинцовосодержащие замазки, становились жертвами довольно тяжелых свинцовых отравлений. Но даже в самой легкой, бессимптомной форме без клинических проявлений можно было увидеть отложение свинца в костной ткани Детей и особенно в зонах роста костей. Это выявлялось при рентгенологическом исследовании в виде поперечной, более плотной ленты («свинцовые полоски»). При выраженной интоксикации эти полоски можно выявить почти во всех отделах скелета.

Ослабленные дети в современном мире могут получать отравление свинцом при соприкосновении с промышленными и автомобильными

выбросами или от игрушек, все еще покрытых краской со свинцом. Очень часто это дешевые игрушки, прибывшие из Китая.

В медицине свиней называют «нервный яд». Он, проникая в организм, поражает нервные клетки, оказывая влияние на их метаболизм. При отравлении констатируют, что свинец очень плохо выводится из организма.

Фактически именно лечение свинцовых отравлений дало миру все детоксикационные терапии.

И если наличие свинца в анализах волос или мочи всегда связывают с окружающей средой, то ртутное отравление маленьких детей, не имеющих соприкосновения с токсичным производством или прямыми источниками ртути дома, исследователи из ARI не могли связать ни с чем. 5 – 10 % случаев отравления организма детей можно объяснить заражением еще в утробе матери от имеющихся у нее амальгамных пломб, или отравленной ртутью окружающей среды, но остальные 90 % можно было связать только с ртутными консервантами в вакцинах.

Чтобы понять, зачем же в вакцинах применяют соли ртути, обратимся к истории.

Ртуть (англ. Mercury) известна с древних времен и входит в число семи металлов древности, как и свинец. По крайней мере, за 1500 лет до и. э. ее уже умели получать из киновари. Ртуть употребляли в Египте, Индии, Месопотамии и Китае; она считалась важнейшим исходным веществом в операциях священного тайного искусства по изготовлению препаратов, продлевающих жизнь и именуемых «пилюлями бессмертия».

Алхимики полагали, что в основу всего входят три главные начала: ртуть, сера и соль. В подавляющем большинстве алхимических трактатов, излагающих способы превращения металлов, ртуть стоит на первом месте либо как исходный металл для любых операций, либо

как основа философского камня, который собирались добыть из «философской ртути».

До XIX века ртуть была основным средством при лечении сифилиса, эпидемия которого свирепствовала в Европе с 1700-х годов.

Никто не задумывался, почему пациенты потом часто заканчивали шизофренией, поскольку течение смертоносной болезни останавливалось, а психические изменения наступали значительно позже.

Так что ртуть использовали повсеместно в медицине как в составе мазей, так и в составе бактерицидных препаратов. Она использовалась и в косметике для отбеливания пигментных пятен. Пришло даже выражение гомеопатическая ртуть, которую считали необходимым давать пациентам, поскольку у гомеопатов даже была теория, что нехватка ртути приводит к увяданию жизненной энергии. Ртуть применяли как антипаразитное и антиплесневое средство в животноводстве и земледелии. И конец этому использованию ртути в сельском хозяйстве был положен только в конце 60-х годов XX века, а в 30-х годах, когда ртуть взяли как консервирующее средство для туберкулезных прививок, это ни у кого не вызвало тревоги. Никто в целом свете не взял под сомнение правильность такого решения. И только в конце 1970-х ARI забил тревогу, и общественность ужаснулась последствиям ртутных вакцин, Но, несмотря на все предписания и декларации о чистоте вакцин, до сегодняшнего дня нет четкого исследования влияния ртути на организм новорожденного и нет соответствующего решения о запрете использования ртутного консерванта в вакцинах. Более того, везде стараются убедить родителей в том, что нет никакой связи между прививками и аутизмом. Это дает возможность производителям вакцин продолжать использовать ртуть как консервант Так, например, прививка ККП (корь/краснуха/паротит), на сегодняшний день больше не консервируется ртутью, но вакцины от гриппа могут ее содержать.

Произведенная в 2009 году вакцина против вируса свиного гриппа была во многих странах консервирована солями ртути.

В то же время хорошо известно, что ртутное отравление весьма опасно и приводит к очень тяжелым и серьезным последствиям. Рассмотрим некоторые из них.

Так, например, ртуть нарушает нормальное усвоение минералов в организме, и в результате они начинают усиленно выводиться. Таким образом, в крови, моче, волосах и т.д. может быть обнаружено обилие минералов при их дефиците в тканях. За счет потери жизненно важного минерала с его активного места происходит сбой в работе всего органа.

Симптомы, которые могут быть причинами нехватки минералов, очень разнообразны. Например, при дефиците минерала магния могут появиться прерывистое сердцебиение, страстное желание шоколада, судороги, пародонтоз, повышенное кровяное давление, хождение на носочках.

Дефицит железа может приводить к анемии и хронической усталости.

Потеря цинка может приводить к анорексии и утрате вкусовых ощущений и обоняния, замедлению роста, акне и другим кожным расстройствам.

Ртуть может являться причиной дисбактериоза кишечника и ферментативной недостаточности, из-за которой возникают множественные непереносимости продуктов и аллергии. Очень распространенные болезни у маленьких детей при ртутном отравлении - ушные инфекции и астмо-аллергические заболевания.

Влияние стоматологической ртути на организм (амальгамные пломбы) может быть тоже очень разрушительным. Ртуть, попадающая из амальгамных пломб в организм женщины в период беременности, может передаваться еще неродившемуся ребенку, поскольку этот металл способен проникать сквозь плацентарный барьер к плоду, а также может преодолевать гематоэнцефалический барьер. Имеется



исследование, подтверждающее, что у овец утробный плод аккумулирует и концентрирует ртуть, полученную от матери!

Аккумуляция ртути в мозговой ткани ведет к психическим и неврологическим эффектам, таким как затуманенность мышления, депрессия, проблемы со зрением и даже состояниям, подобным ДЦП. Поскольку ртуть легко может пересекать гематоэнцефалический барьер и оседать в тканях мозга, она оказывает на него разрушающее действие, которое мы можем наблюдать как изменения реакций таких нейротрансмиттеров, как допамина, который контролирует боль и самочувствие; серотонина, который контролирует расслабление и сон; адреналина, который отвечает за энергию и выносливость. Подавление этих нейротрансмиттеров ртутью может вызывать в частности чувство депрессии и странности поведения.

Конечно, начав использовать тяжелые металлы в промышленности и ремеслах, люди сталкивались постоянно с отравлениями, присущими их профессиям.

Все помнят одного из персонажей знаменитой книги Льюиса Кэрролла «Алиса в стране чудес», которого звали Сумасшедший Шляпник. Всем, кто жил в те времена, было известно, что шляпники под конец жизни страдали безумием, но мало кто задумывался о причинах этого. А все было просто: шляпники подолгу контактировали с нитратом ртути, применявшимся при изготовлении войлочных шляп. Мастера получали ртутные отравления, вплоть до развития безумия.

Странные видения Гойи и его разговоры с постоянным спутником, которого никто не видел, а также смерть практически всех его детей, за исключением одного сына, может легко объясняться ртутными красками, которые он изготавливал сам и которыми рисовал. Пары ртути присутствовали в доме и все его близкие были больны.

В Англии XIX века использовали ртутно-содержащие краски для снятия отпечатков пальцев у преступников. Многие сыщики-криминалисты умирали в мучениях от ртутных отравлений.

При серебрении зеркал использовали тоже ртуть. Рабочие таких заводов умирали, проработав пять – десять лет.

При золочении купола Исаакиевского собора в Санкт-Петербурге погибло от ртутных паров 60 рабочих.

В истории России ртуть вообще сыграла роковую роль. Анализ останков царя Ивана Грозного показал: в них повышена концентрация ртути. Похоже, русский царь получил хорошую дозу яда на основе ртути в интервале между 1554 и 1557 годом. И генетическое уродство его сына Федора, который был карликом, неслучайно. Ясно одно – человек, у которого в организме было так много ртути, не мог обладать нормальным рассудком. Именно ртуть сделала царя Ивана вспыльчивым и неадекватным – Грозным!

А вот уже страшная летопись XX века.

Одно из самых массовых отравлений ртутью произошло в Японии в начале 50-х. На острове Кюсю в городе Минамата работал химкомбинат, сливавший отходы в море. Тысячи японцев отравились и умерли, используя в пищу моллюсков и рыб, выловленных в заливе. Теперь эту болезнь называют болезнью Минамата. Она поражает генный аппарат и передается по наследству.

Другой шокирующий случай отравления ртутью произошел в Ираке в начале 70-х: более 100 тысяч человек, употребивших хлеб из зерна, обработанного гербицидом на основе метилртути, были отравлены. Эти семена были изначально предназначены для посева, но прибыли в страну слишком поздно. Тогда правительство Саддама Хусейна решило раздать их крестьянам для посева весной, чтобы сэкономить на хранении зерна. Крестьянам строго-настрого запретили употреблять его в пищу, но голодные крестьяне стали сперва кормить скотину, а видя, что с ней ничего не происходит, стали есть сами. Когда власти узнали об отравлениях, то розданную пшеницу было приказано вернуть в недельный срок под страхом смерти. Неграмотные крестьяне даже не узнали о приказе, а когда пришедшие солдаты стали расстреливать

тех, у кого нашли зерно, то эта страшная весть разлетелась со скоростью молнии. Несчастные стали выбрасывать зерно в водоемы и зарывать в землю, чтобы избежать такой участи. Как вы понимаете, за этим последовала дикая экологическая катастрофа. Данные о смерти людей и увечьях даже не собирались. Один из прибывших в страну врачей из общества «Врачи без границ» так описывает ситуацию, которую он наблюдал: «Неграмотный крестьянин ловил руками ходивших по лугу птиц, пораженных ртутным отравлением, и громко благодарил Аллаха за то, что тот дал ему пищу для его семьи, когда нет ничего и у него на руках еще дети и жена умершего брата». Еще много лет подряд в Ираке рождались дети-инвалиды, которых распознавали по тому признаку, что они были безучастны ко всему и никогда не плакали. Врачи даже дали название такой нервной патологии — синдром тихого ребенка.

Так что вы видите, как опасна ртуть, особенно если она попадает в воду и землю, отравляя все вокруг. Не только животные и растения подвергаются отравлению, но она также легко попадает в земную атмосферу, так как очень хорошо испаряется (в 10 раз лучше, чем пестицид ДДТ).

Итак, дикие животные, рыбы и растения легко получают ртуть из окружающей среды и потом могут передать ее людям. По подсчетам ученых около 100 тысяч тонн ртути выпадает на землю вместе с осадками. Вулканическая активность увеличивает это количество. Вследствие этого ртуть обнаруживают в телах почти всех живых существ.

В 1967 году высокое содержание ртути в рыбе привело к запрету на ее промышленный лов в сорока шведских озерах.

На Западе всем беременным женщинам раздается памятка об опасности заражения тяжелыми металлами, которые могут нанести вред будущему ребенку, и в перечень опасных продуктов включены рыба и другие морепродукты, водоросли и свекла — все, что наиболее

легко аккумулирует тяжелые металлы.

Если вы обратитесь к статистике ARI, то в 90 % случаев заболеваний детей аутизмом имеет место наличие токсичных металлов в организме.

Когда организм подвергается интоксикации такими токсичными металлами, как ртуть или свинец, та часть металлов, которая не вывелась сразу после заражения, продолжает циркулировать в кровяном русле в течение от одного до трех месяцев, и постепенно металлы оседают глубоко в тканях организма. Ртуть, в основном, оседает в почках, печени и мозговой ткани. Свинец - в костной и мозговой тканях. Таким образом, если через несколько месяцев после заражения тестировать именно кровь на тяжелые металлы, то их уровень будет равняться нулю.

В современном мире можно определить накопление токсичных металлов в организме с помощью различных тестов.

Анализ на определение порфиринов в моче является одним из наиболее чувствительных методов определения ядовитого воздействия токсичных металлов, особенно ртути.

Порфириновый тест основан на определении различных видов порфиринов. Порфирины – это семейство белков, которые являются предшественниками в производстве гема – компонента гемоглобина, несущего кислород. Токсичные металлы блокируют производство гема, заставляя порфирины накапливаться в моче.

Таким образом, этот тест показывает интоксикацию опосредованно, через различные виды порфиринов, но он не определяет количественный уровень металлов в организме, а говорит о том, что их больше нормы.

Такие анализы на сегодня лучше всех делает французская лаборатория, но и тут не обходится без ошибок и есть много ложно отрицательных результатов, если моча попадает под яркий дневной свет или свет люминесцентных ламп.

Существует еще тест волос. Если значение ртути в тесте волос ВЫСОКОЕ - это указывает на то, что у пациента есть ртутное отравление. С другой стороны, если значение ртути нормальное (или даже очень низкое), это не указывает ни на наличие, ни на отсутствие у пациента ртутного отравления. Ртуть может оставаться в мозгу или органах, нанося тяжелые повреждения, и не появляться в волосах.

Поскольку ртуть нарушает движение и распределение минералов в организме, то тестирование волос на уровень минералов позволяет нам определить, оставила ли ртуть свой «отпечаток» в биохимии волос, даже если сама ртуть не показывается.

Были выведены специальные счетные правила для анализа волос в лаборатории «DoctorDate», с помощью которых можно с достаточной уверенностью сказать о том, что организм человека поражен тяжелыми металлами. К слову сказать, такие правила применимы только для анализа волос в именно этой лаборатории и разработаны химиком и исследователем Энди Катлером, о котором я еще буду рассказывать.

Строго говоря, все «счетные правила» определяют только, что НЕЧТО вызывает нарушение распределения минералов. Ртутное отравление абсолютно точно является наиболее распространенной причиной нарушения движения минералов, однако следует заметить, что это не отрицает существования иных причин подобных нарушений. Множество людей применяли «счетные правила» и на их основании делали хелирование с определенным улучшением состояния организма.

Как вы можете догадаться из всего сказанного, самой главной терапией, вершиной биокоррекции как раз и является хелирование — очистка организма от токсичных металлов.

76 % родителей отметили значительное улучшение в поведении, моторике, обучаемости своих детей после начала хелирования. Кроме того, все отмечают улучшение их здоровья и прежде всего

оздоровление ЖКТ.

Множество детей улучшились настолько, что их первоначальный диагноз был пересмотрен или дети были восстановлены полностью.

## **История создания протоколов хелирования**

Теперь вы понимаете, что когда официальная медицина говорит об отравлении тяжелыми металлами, то всегда предполагается, что отравление было недавно и известен его источник. В этом случае программа ясна: первым делом человек должен быть изолирован от источника отравления, а затем начата детоксификация организма всеми доступными способами.

В случае с отравлением у наших детей мы имеем дело с хроническим отравлением малыми дозами ртути, которая была получена давно, и уже осела в тканях организма, что сильно усложняет проблему. Таким образом, исследователи столкнулись с измененной формой ртутного отравления, при которой ртуть из прививок, амальгамных пломб, из окружающей среды или пищи не выводится из организма и оседает в тканях, продолжая свое разрушительное действие в организме ребенка. В этом случае нет симптомов острого ртутного отравления, поскольку ртуть поступала в организм в малых дозах. Накопление ртути все равно отравляло организм, но долгое время (а может, и никогда) никто не будет подозревать, что ребенок отравлен ртутью. Самое страшное это то, что, оставаясь в организме ребенка, ртуть продолжает разрушать его и повреждать мозг. Чем дольше остается ртуть в любом органе и особенно в мозге, тем более тяжелые последствия отравления мы видим. В самых тяжелых случаях идет постепенное разрушение всего организма.

Как только исследователи ARI опубликовали первые работы на эту тему, родители, дети которых уже получили диагноз аутизм, стали искать врачей, которые могли бы помочь.

Салли Бернارد, мама аутичного ребенка, сделала очень много по пропаганде идеи излечения детей путем детоксификации. После ряда ее статей доктор Стефани Кэйв начала такие терапии для аутичных детей, взяв за основу терапию детоксификации при свинцовом отравлении. Для этого она использовала препарат DMSA (димеркап-тосушоная кислота, сукцимер), который еще в 1998 году был одобрен в США для применения у детей при свинцовом отравлении. Эта добавка была хорошо проверена и, к счастью, она способна выводить не только свинец, а также ртуть и другие металлы.

Также и ALA (альфа-липоевая кислота) стала использоваться, чтобы усилить детоксификацию.

ALA мощный антиоксидант. Она работает как гепатопротектор (защищает печень) и повышает детоксификационные свойства организма. Но самое главное в том, что она может пересекать гематоэнцефалический барьер, что позволяет выводить металлы из мозга, и это не может сделать ни один другой из известных хелаторов (хелатор или хелат-агент – вещество, которое может связывать с собой тяжелые металлы из тканей организма при процедуре хелирования).

Однако применение ALA, впрочем, как и других хелаторов, может вызывать сильное разрастание кандиды в результате движения металлов в организме, и тут надо уметь эффективно бороться с дрожжами.

В октябре 2000 года на конференции ДАН! врачей Кэйв говорила о значительном улучшении в здоровье, поведении и обучаемости четырехсот детей с разной степенью аутичных проблем после проведенных ею терапий.

Эми Холмс, врач и мама аутичного ребенка, начала работать со Стефани Кэйв практически сразу и получила улучшения у своего

ребенка и многих других детей тоже.

В это же время возник интернет – форум «Autism-Mercury» («Аутизм-Ртуть»), где врачи и родители начинают обмениваться опытом и пытаются понять, что же делать.

И в очередной раз случается чудо! На форум приходит человек, который сделал для нас столько же, сколько сделал д-р Римланд, начав борьбу за своего сына. Этого человека зовут Энди Катлер.

Сегодня он консультант по вопросам здоровья в Сиэтле, имеет докторскую степень по химии Принстонского университета, степень бакалавра в области физики в Калифорнийском университете, является профессиональным инженером-химиком и работает в области биохимии процессов человеческого организма.

Так случилось, что в 80-х годах Энди заболел и никто из врачей не смог ему помочь и даже не мог понять, что с ним происходит. Он обратился к докторам альтернативной медицины и узнал, что причина его недугов – амальгамные пломбы, отравляющие ртутью его организм. Энди заменил их, но стало даже хуже, поскольку при высверливании амальгамных пломб выделяются пары ртути, которые при вдыхании попадают сразу в мозг и тем отравляют мозг еще сильнее. Убирать амальгамные пломбы надо с большими предосторожностями. Альтернативный врач предложил ему программу детоксификации – выведения ртути (хелирования). Но вместо улучшения состояние Энди стало еще хуже, и, будучи исследователем по натуре и химиком по профессии, он сам начал изучение проблемы. Энди начал эксперименты над собой, а наблюдать за состоянием своего организма попросил врача альтернативной медицины. Он экспериментировал с дозами хелат-агентов и временем их ввода. Таким путем он разработал свою методику хелирования, которая теперь называется протокол Катлера. Он досконально изучил проблему, прошел обучение в университете по курсу биохимии. Вначале его здоровье значительно ухудшилось, а потом, найдя правильную



дорогу; он полностью восстановил свой организм.

Катлер написал книгу «Болезнь амальгам», в которой собрал и обобщил весь свой опыт по этой проблеме.

Когда в 2000 году он пришел на форум «Аутизм-Меркури», он стал там единственным специалистом, который знал проблему изнутри, испытав все на себе.

И хотя в 2000 году Кэйв выступала с докладом о свинцовом отравлении на конференции, но ртутные проблемы и хелирование были еще совершенно новыми для ДАН! докторов. К 2001 году одной из наиболее продвинутых в этом вопросе стала как раз Эми Холмс, которая начала работать с Катлером. Энди помог ей хелировать ее сына, и Холмс применяла его протокол также и для других своих пациентов. Она провела неформальный сбор результатов хелирований у своих пациентов и обнаружила, что часть детей улучшилась, некоторые — весьма значительно, в то время как некоторая часть получила лишь незначительные улучшения, но были также дети, у которых не было улучшений совсем. Сравнивая возраст детей, она сделала вывод, что чем старше ребенок, тем больше нужно времени на улучшение. Таким образом, протокол Катлера — это тот протокол, с которого начинали работать ДАН!ы. Этот протокол не являлся непосредственно разработкой ARI и в феврале 2001 года на ДАН! конференции Римланд предложил создать рабочую группу из врачей, которые уже применяли протокол, и родителей, дети которых прошли хелирование, чтобы создать общие рекомендации для всех ДАН! врачей. Туда же пригласили и Энди, как единственного, кто был знаком с проблемой изнутри. Группа начала работать в мае 2001 года и Энди был сразу недоволен тем, что его обширные изыскания, урезали, как он выразился, «до формата А4». Поскольку на Энди не было врачебного мундира, он был мягко отодвинут вообще на задний план.

Камнем преткновения оказалась стандартность мышления докторов и их опасения, что родителям будет сложно выполнять все

необходимые процедуры. Дело в том, что свой протокол Катлер основывал на периоде полувыведения хелат-агента из организма. Он утверждал, что если давать хелат-агент через промежуток времени больший, чем время его полувыведения из организма, это приведет к большим скачкам его уровня в крови, и в результате повысит риск перераспределения и обратного оседания металлов во время снижения уровня хелат-агента. Поэтому он предлагал трехсуточный курс (который называли раундом хелирования) с введением хелат-агента через каждые 3-4 часа, даже ночью. Он предлагал использовать небольшие дозы, которые не вызывали бы резкого выброса металлов в кровь, а обеспечивали бы равномерное и постоянное их выведение. Далее следовал перерыв в четыре дня и новый цикл.

ДАН! врачи боялись предложить и без того измученным родителям подниматься по ночам для выдачи дозы каждые четыре часа, и они упирали на то, что в рекомендациях официальной медицины описано 8-часовое применение DMSA (Димеркап-тосукциновая кислота). В результате ДАН.ы просто махнули рукой на человека, который имел опыт излечения и был фактически более сведущ в этом вопросе, чем они.

Очень быстро ДАН! врачи убедились, что их результаты не так уж и хороши. Тогда они еще раз провели ревизию протокола и выкинули из него ALA вообще с вердиктом, что оно только дает разрастание дрожжей, но в самом хелировании не участвует, так как «не является впрямую хелатором».

Результат, к сожалению, не улучшился, дрожжи росли хорошо и с DMSA.

Тогда и родилась идея трансдермальных хелаторов.

Она заставила некоторых поверить, что это может уменьшить проблему дрожжей. Доктор МакКандлесс заказала одной фармацевтической компании создать трансдермальную форму DMSA, и так началась эра трансдермальных хелаторов.

Было несколько замечательных результатов и даже восстановившихся детей на трансдермальных хелаторах, но, тем не менее, проблема дрожжей не исчезла, и подавляющее большинство детей не отвечало на лечение. МакКандлесс поняла, что это не помогает, и вернулась к оральным хелаторам и стала активнее использовать антикандидные и антибактериальные препараты вместе с большим количеством пробиотиков.

Но хотя она говорит, что после того как анализы покажут, что все металлы вышли, надо подключать ALA для очистки мозга, но нигде в ее книгах нет ни расчета такого протокола, ни примеров его использования, ни даже упоминания об ALA.

ДАН! доктора быстро поняли, что хелирование хоть и является результативной терапией, требует много времени и сил. Как всегда, нашлись те, кто решил ускорить процесс. Они пошли по проторенной дорожке и еще раз пересмотрели лечебные мероприятия традиционной медицины. Они обнаружили, что в тяжелых случаях острых отравлений там практикуется внутривенное введение хелаторов. Это и было слепо взято на вооружение.

Родилось так называемое ВВ (внутривенное) хелирование, когда детям стали вводить хелаторы внутривенно. Если раньше самым страшным результатом терапии хелирования был просто регресс, то ввод хелаторов внутривенно повлек за собой два смертельных случая.

Обе смерти были результат ошибочного введения препарата врачами, которые не были ДАН!, но вводили препарат по их предписанию. Дело в том, что до ДАН! никто не делал детям ВВ хелирования, а родители хотели именно такой вид лечения. Ехать к ДАН! порой было далеко, а процедуры надо было делать два раза в неделю. Были другие врачи альтернативной медицины, которые делали такие инъекции, но их пациентами были, как правило, люди пожилого возраста, получившие отравление тяжелыми металлами на производстве или в быту. В силу их возраста у них были проблемы с

переизбытком кальция в организме. Для одновременного решения двух проблем был выбран хелат-агент **NaEDTA** (натрий-этилендиаминтетрауксусная кислота).

ДАН! об этом не знали и писали просто «хелат-агент», подразумевая **CaEDTA** (кальций-этилендиаминтетрауксусная кислота), а альтернативные врачи не знали, что у детей недостаток кальция, и не думали о таком вообще, а под хелат-агентом понимали **NaEDTA**.

Ввод этого хелат-агента в обоих случаях спровоцировал ураганный вывод кальция из организма детей и дети умерли скоростно в течение нескольких часов от острой сердечной недостаточности.

ДАН! оперативно сделали правильные выводы из случившегося и больше такого не повторяется.

На сегодняшний день есть некоторые врачи, которые практикуют ВВ хелирование, и есть множество родителей, которые согласны на риск, чтобы, как они думают, процесс шел быстрее. К сожалению, не все так просто, и на этом виде хелирования не редкость, когда дети в результате регрессируют и не отвечают больше ни на какое лечение. Многие родители потом понимают свои ошибки и пишут свои страшные истории об этом на сайте «Правда о DMPS»

Конечно, некоторые дети восстанавливаются и на ВВ хелировании. Я даже лично знаю одного такого ребенка, но это скорее исключение, чем правило. А в большинстве случаев дети хорошо себя чувствуют и даже улучшаются в течение какого-то времени, а затем — крах.

Энди Катлер и Бойд Хейли, и многие другие предупреждают, что использование EDTA опасно, если есть ртутная токсичность. Но те, кто продолжает работу с ВВ хелированием, видимо, искренне считают, что лес рубят — щепки летят, а метод более эффективен, чем метод орального хелирования.

Энди Катлер на своем опыте убедился, что хелирование хронической токсичности от амальгамных пломб у взрослых и у аутичных детей, что собирали токсичные металлы со дня своего

рождения, не может быть быстрым. Дети находятся не в самой лучшей форме, чтобы полноценно справляться с детоксикацией, поэтому не стоит рисковать их жизнью.

Зачастую родители поддаются под обаяние докторов и доверяются им, забывая, что в случае неудачи любой доктор просто скажет, что он сделал все, что мог, применял самый лучший опробованный курс лечения, а родители останутся с безнадежно больным ребенком.

Как дополнение к ВВ хелированию, которое очень дорого и не может проводиться без врача, появились ректальные свечи EDTA. Использование их каждые четыре или восемь часов невыносимо, поэтому был рожден протокол дозирования один раз в день. Этот протокол тоже не дает хороших результатов.

Понимая, что результаты хелирования могли бы быть лучше, ДАН! врачи еще раз пересмотрели протокол в 2005 году и сейчас идут разговоры о новом пересмотре. В своих книгах доктор МакКандлесс пишет, что именно родители научили ее всему, что она знает. Поэтому важно помнить, что биокоррекция и ее терапии еще очень новы, и мы - родители и доктора, работающие с нашими детьми, учимся каждый день.

Подумайте о том, как осторожны вы должны быть в выборе методик и средств, даже несмотря на то, что, вам посчастливилось работать с ДАН!, ведь доктор проводит эксперимент, а объектом испытаний является ваш ребенок.

**Не рискуйте ребенком!** Ему можно помочь более безопасными средствами. Каждый раз, когда вам говорят, что это новое и хорошо проверенное средство, логика говорит о том, что новое не может быть хорошо проверенным, и если бы так было, то слава этого человека или метода дошла бы до каждого живущего на земле, как известие о полете в космос первого человека. Если метод такой славы не имеет, то, значит, есть и удачи, и провалы. Врач и писатель Булгаков, рассказывая о себе и своей работе, честно признавался, что «у каждого

врача есть свое кладбище». А теперь спросите себя: «Согласна ли я, чтобы кто-то учился и экспериментировал на моем ребенке, если есть методы, которые уже сегодня могут восстановить его абсолютно безопасно?»

А если говорить о скорости процесса, то нет никаких реальных доказательств, что жесткое ВВ хелирование восстанавливает организм ребенка быстрее, чем мягкое хелирование малыми дозами по протоколу Катлера.

Итак, мы видим, что за последние десять лет существовало немало протоколов хелирования, предлагаемых для детоксикации аутистов, но протокол Энди Катлера единственный, который остается неизменным все это время и по-прежнему доказывает свою эффективность и безопасность.

Во многих случаях, даже когда ребенок регрессировал на каком-то другом протоколе, протокол Катлера может помочь и значительно исправить положение.

Недавно на сайте «Аутизм-Меркури» Манди Родвелл, основательница английского общества «Аутизм излечим» ответила на вопрос: «Сколько времени вы хелируете ребенка и каков результат?»

Этот ответ просто поразил меня! Ее ребенок набирал 142 балла по международной шкале аутизма (ее можно найти на сайте ARI), кстати у Аурель было 97 баллов. Так вот ребенок Манди Родвелл, Сэм, имел также хромосомальные нарушения, и она начала хелировать его в возрасте пяти с половиной лет по протоколу доктора Буттара. Результатом был тяжелый регресс, и она долгие годы писала об этом, предупреждая об опасности такого после протокола трансдермальным хелатором DMPS (димеркаптопропансульфонат).

Так вот в этом году она ответила, что после четырех лет хелирования (135 раундов) по протоколу Катлера ее ребенок: Сэм, 13 лет, значительно улучшился и его балл сейчас 39.

## Мой опыт хелирования

Я вернусь немного назад в нашей истории.

Когда я начала читать о хелировании, информация о смерти двух детей потрясла меня. Я поняла, что никогда не смогу рисковать своим ребенком. И даже объяснение причины смерти детей не успокаивало меня. Я твердо решила, что внутривенное хелирование опасно не физической смертью, которой можно избежать, в случаях, когда дети давали регресс и ничего более не могло им помочь.

Читая дискуссии родителей на сайте МакКандлесс, я пришла к выводу, что без ДАН! врача процедура эта вообще рискованна. Я сама по себе осторожный человек и никогда не рискую, а ставить на кон свою или чужую жизнь не рискну и подавно, поэтому для себя я решила не хелировать ребенка вообще.

Весь 2007 год я безуспешно пыталась ввести добавки, которые были необходимы, но не видела никакого прогресса.

Я не понимаю почему, но в самом начале мне все время казалось, что наш Случай легкий и вот завтра все наладится. Я была уверена, что стоит мне ввести диету, как ребенок заговорит и нам больше ничего не придется делать! Время шло, а этого не происходило. Я с завистью и болью читала на сайтах сообщения мам о прогрессе своих детей на диете. Получалось так, что только одна диета давала им то, о чем я грезилась ночами, но у нас ничего не получалось. Я видела, что Аурель стала меньше болеть, что она стала понятливее, но говорила она только на «птичьем языке» и бесконечно смотрела мультики, прыгая по дивану. Иногда появлялись отдельные слова, но они ни с чем не были связаны и вскоре исчезали. Из садика Аурель «принесла» дикий визг и периодически развлекала себя этим.

Когда она визжала, то во мне просыпалось чувство вины и депрессия, я не могла понять, где, как и что же я делаю неправильно.

Я «вгрызалась» в книгу МакКандлесс «Дети, у которых голодает мозг» и постепенно осознавала, что диагноз тяжелый аутизм нам поставили не по ошибке и нигде не написано, что все дети могут восстановиться. Да, МакКандлесс писала, что улучшения будут обязательно, но 100 % восстановления никто не обещал. Сама МакКандлесс, восстановив сотни детей, не сумела восстановить свою внучку.

Через два года после начала лечения я просто впала в депрессию. Чтобы ускорить развитие речи, я ввела уколы витамина метилкобаламин – В12 (витамин, который участвует в цикле метилирования – цикле мыслительного процесса).

Я возлагала на эти инъекции большие надежды, но увидела только, что Аурель стала радостнее и сообразительнее, легче шла на контакт и кооперацию, но вот речи не появилось.

Вот тогда я стала думать о хелировании как о последней возможности.

Я ринулась перечитывать главу книги МакКандлесс о выводе металлов и совсем поникла. Она писала, что на начало хелирования у ребенка должны быть здоровым ЖКТ и печень, введены основные добавки и главное – их минеральная часть, и, если возможно, улучшено состояние иммунной системы.

Я стала анализировать состояние ребенка и поняла, что ЖКТ по-прежнему работает плохо. Аурель продолжала принимать ферменты, но в кале все время встречались непереваренные остатки, была проблема с расщеплением жиров, кал был часто глянцевый и с беловатыми вкраплениями. Нас «заедали» кандиды и кло-стридия. Я не смогла ввести витамины группы В и многие другие добавки. Я сумела дать Аурель только 300 мг кальция вместо 500 и 150 мг магния вместо 250, цинк только 20 мг вместо расчетных 50. Единственное, что действительно произошло, было явное улучшение здоровья благодаря лаурисидину.



Я боялась начинать хелирование при плохо подготовленном организме и где-то в глубине сознания сидела мысль, а может, нам и не надо... МакКандлесс на своем сайте писала, что анализ на порфирины в моче дает точную картину ртутного отравления, и советовала всем перед началом хелирования сделать такой тест, чтобы убедиться, что токсичные металлы присутствуют в организме. Это было безопасно по сравнению с провокационным тестом свечами ЕДТА, когда потом некоторые дети получали регресс, если их ртутные проблемы были серьезные.

Тогда я решила сделать тест на порфирины, как советовала МакКандлесс. Полученный результат показал ртутное отравление. И я словно проснулась! Я как-то сразу осознала, что ожидать чего-то не имеет смысла, тем более, что чем дольше я буду ждать, тем безрадостнее будет наше будущее, потому что ртуть, оседая в мозге, будет его разрушать. Я решила хелировать и надеялась, что сумею отследить состояние печени.

Для хелирования был взят стандартный ДАН! протокол с использованием орального хелат-агента DMSA. О Катлере или сайте «Аутизм-Меркури» я тогда даже не знала.

Расчет ДАН! протокола прост: три дня DMSA с суточной дозой, рассчитанной 30 мг на 1 кг веса, разделенные на пять приемов через четыре часа: 8-12-16-20-24. Раунд повторяется через каждые Две недели.

В то время Аурель весила 18 кг и ее суточная доза была  $18 \times 30 = 540$  мг, иными словами, на прием приходилось 108 мг.

Дать такую дозу сразу мне было боязно. У меня были капсулы 25 мг, и первый раз я решила дать 1/4 капсулы, то есть 6 мг.

Первый раунд я провела в конце января 2008 года. Ничего особенного я не заметила, но по совету МакКандлесс я уже ввела ротационный антикандидозный протокол. Следующий раунд было пол

капсулы, а третий раунд был уже 25 мг на прием.

В садике воспитатели стали говорить, что она начала активно повторять слова. Дома я такого не видела. Я вообще не видела результатов. После пяти раундов я все еще не подняла дозу. Я просто боялась и оттягивала этот момент. Теперь я могу сказать, что для нас это было счастье. Проблемы ЖКТ на большей дозе вылезли бы непременно, но и без этого у нас полезли вирусные проблемы. Аурель заболела. Болезнь была странная, вялая, на губе чуть заметна была припухлость. Это был герпес! Ни разу я до этого не видела у нее герпетической инфекции, но в ее анализе на неоптерины (биомаркеры, указывающие на состояние иммунной системы) было ясно показано, что активность иммунной системы повышена, и ее активность оценивается 586 ед при верхней границе нормы 180.

Один маркер указывал на нервно-дегенеративные болезни. Если предположить, что ртуть есть в мозге, то в конечном итоге ее присутствие там может полностью его разрушить. Ртуть тем и страшна, что повреждение продолжает накапливаться и ухудшаться с течением времени. Катлер писал о регрессивном детском аутизме, когда ребенок, который говорил слова в два года, перестает говорить и реагировать на окружение к пяти-шести годам.

Другой маркер указывал на повышенную активность иммунной системы, обусловленную воспалением, вирусами и аутоиммунными заболеваниями. Все это соответствовало действительности — Аурель часто болела, а наличие огромного количества аллергий и непереносимостей и было обусловлено аутоиммунными заболеваниями. Я стала искать дополнительную информацию по этому вопросу и на сайте Стена Куртса нашла обилие таковой, и даже выражение родителей, что «движение металлов вызывает активизацию вирусов», и это сам по себе хороший признак.

В конце марта 2008 года я стартовала сайт «Аутизм. Помощь родителям», потому что видела необходимость обмена информации о

системе биокоррекции и в интернете познакомилась со многими, кто разделял мое мнение. Но главными моими помощницами стали Птица и Лида, которые тоже шли путем биокоррекции и мы оказались не просто единомышленниками по многим вопросам лечения, но и в жизни. Кроме того обе приняли живейшее участие в обустройстве сайта.

Лида живет в Америке, она добрая и веселая женщина, ее девчушка сегодня полностью восстановлена и ходит без ассистента в нормальную американскую школу. Лида восстанавливала ее будучи пациентом ДАН! доктора, но она всегда критически относилась ко всем предложениям ДАН! и окончательное решение о лечении дочки принимала сама. Лида душевный человек и всегда найдет ободряющие слова для любого и готова всем прийти на помощь.

Галя живет в Англии, она никогда не работала ни с какими врачами и восстановила своего ребенка целиком и полностью сама. Ее рассказ об их пути вы найдете в этой книге. Она скрупулезная и осмотрительная женщина с прекрасным чувством юмора и академическим подходом к любым вопросам.

Когда мы все трое встретились, я была рада такому знакомству, мне нравились эти женщины и результаты их работы по восстановлению детей, и я понимала, что вот именно их счастливый опыт мне и нужен. Я не доверяла никому, кто говорил, что знает, что делать, если его собственный ребенок не был восстановлен. Возможно, это глупо, ибо великий Нострадамус спас многие тысячи жизней во время чумы, а его первая жена и дети погибли в эпидемии.

Но как бы то ни было, мне было приятно советоваться с мамами, что работали сами и видеть, что не зря они работали. Конечно, они начали работу по восстановлению детей, когда те были в более раннем возрасте, чем Аурель, но я уже встречала многих, кто тоже начинал рано, но результат был другим. Дети были не в лучшей форме.

Хвастаться было нечем, и случаи классифицировались как сложные. У меня тоже был сложный, а по рассказам у Гали и Лиды были тоже не простые случаи. Я все время думала, что раз они сумели, то есть чему у них поучиться. А научиться действительно можно было многому!

Особенно мне импонировала их способность к анализу ситуации и способность просто и доходчиво излагать свои мысли.

Я была уверена, что вот они, мои новые знакомые, как раз и могут привнести свое видение проблемы и поделиться своим опытом, и мой случай станет тоже легким, и не только мой! Я верила в те методики, которые дали им результат, и было здорово, что методики те тоже отличались простотой, логичностью и безопасностью. Мне хотелось, чтобы мы вместе собирали и систематизировали информацию на русском языке, и чтобы она могла послужить пособием для всех, кто не знает английского языка, но столкнется с такой же проблемой.

Собирая информацию для раздела «Хелирование» на нашем сайте. Лида выложила свой протокол, и я выяснила, что ничего о таком не слышала. Это как раз и был протокол Энди Катлера. Но поскольку и Галя, и Лида хелировали именно так, то я решила внимательно изучить их опыт, а также опыт других на сайте «Аутизм-Меркури».

Сперва мне было как-то странно читать про малые дозы в протоколе Катлера, привычно ведь думать, что чем больше, тем сильнее эффект. «А вдруг эти дозы недостаточны?» – сомневалась я. Но читая материалы и видя работу моих новых подруг; я все больше понимала все сложности, связанные с лечением. Галина покорила меня, приведя простой, но доходчивый пример, чтобы иллюстрировать происходящее при хелировании по ДАН! протоколу. Она спросила меня: «Как ты думаешь, что произойдет, если ты имеешь ведро помоев и хочешь вылить его через узкое отверстие, просто перевернув ведро? Естественно, выйдет только то количество, что может быть выведено согласно законам физики через узкую воронку в единицу времени, а остатки? Ну, тут зависит от многого, если ты применила достаточно

большую воронку, то помои будут плескаться в ней довольно долго, пока уйдут; а если этой воронки недостаточно?! Грязь полетит и замажет тебя!»

Прекрасная иллюстрация, которая сразила меня наповал! Система вывода токсичных металлов идет из крови через печень и почки — это они являются узкой воронкой вывода и выводят металлы с мочой и калом. Но если они не справляются, то невыведенные металлы будут продолжать плескаться в крови, оседая, где придется. И здесь вся беда в том, что эти металлы могли быть подняты из печени или других тканей, а теперь могут пересечь гематоэнцефалический барьер и осесть в мозгу — и это приведет только к ухудшению ситуации.

Я вмиг осознала все аргументы Энди Катлера против больших доз. Он сравнивает действие двух систем. Первой системы - системы выведения металлов из тканей в кровь, где количество хелат-агента действительно повлияет на количество поднятых из тканей металлов, и второй системы — системы вывода их из организма (наши печень и почки). И вот тут никто не сказал, что вторая система справится с выводом.

Этим и объяснил Катлер такое большое количество детей, которые ухудшаются на внутривенном хелировании и на оральном ДАН! протоколе. В обоих случаях, когда большое количество хелат-агента вводят в кровь и в результате в кровь поднимается огромное количество токсичных металлов, те дети, у которых система выведения организма не справляется с такой ситуацией, становятся еще хуже. Помочь им потом практически невозможно. Да, конечно, если кишечник таких детей все еще «протекает», то даже то, что абсорбировалось в кал, может снова попадать в кровь. Чаше всего такое случается у тех, кто не держит чистой диеты.

Энди понимал это все потому, что прочувствовал все это на себе, когда по совету доктора вводил большие дозы хелаторов и ему стало

еще хуже, чем было до этого! Только благодаря тому что он был химиком, инженером и изучил биохимию, он сумел рассчитать оптимальный режим хелирования, где учел все: действие хелат-агента, время его вывода из организма и среднюю возможность системы вывода, когда она может пропустить все. Вернее, он теоретически вывел режим приема хелаторов – в соответствии со «временем полужизни» хелат-агента (время, за которое из организма будет выведена половина введенного хелатора), а дозу он подбирал опытным путем – на себе.

Конечно, при оральном ДАН! протоколе хелирования пиковый уровень поднятия металлов из тканей ниже, чем при внутривенном хелировании, поэтому отрицательных результатов там меньше, и положительный эффект гораздо чаще. Но все равно есть много свидетельств об отсутствии эффекта или отрицательном эффекте на таком протоколе, хотя и не таком сильном и страшном, как с внутривенным хелированием.

Вот только после осознания протокола Катлера я поняла, что не зря инстинктивно боялась поднимать дозу хелат-агента ЭМ8А и хелировала практически по протоколу Катлера. Конечно, для этого осознания тоже понадобилось время, но так уж устроены люди. Я ведь работала на свой страх и риск, и вся ответственность лежала на мне. Когда же я осознала все это, оставалось только подключить к моему протоколу АЛА, которое никуда не исчезало из протокола Катлера.

Уже первый раунд по новому протоколу ДМСА+АЛА показал, что ребенок почувствовал себя лучше. Через два раунда запоминание новых слов стало быстрее, улучшилось произношение звуков, появилась заинтересованность в занятиях.

В режиме «раунд каждые две недели» мы хелировали еще полтора года и потом, когда я увидела, что ее ЖКТ, печень и иммунная система стали еще стабильнее, то я перешла на хелирование каждую неделю.

Я видела, что Аурель начала уверенно развиваться, появилась речь, улучшилась социализация, и чем дольше мы хелируем, тем лучше общее состояние и лучше развитие. С моей точки зрения, и это мнение разделяют многие родители, восстановившие детей, хелирование является тем краеугольным камнем, без которого невозможно возвести здание. Пока в организме ребенка присутствует ртуть, ни о каких стойких результатах улучшения не может быть и речи. Не будет восстановления ЖКТ, а главное иммунной системы, и ртуть, засевшая в мозге, будет все время причиной отката на прежние аутичные позиции в социальной сфере и поведении. С другой стороны, одно только хелирование не может решить всех проблем, поскольку ослабленная иммунная система просто не в состоянии справиться с непосильными для нее на данный момент задачами. Поэтому работа должна быть комплексной по всем направлениям.

Во время хелирования я все время замечала, что вирусы незначительно активизируются. То выскочит герпесная инфекция, то Аурель приболеет, или я наблюдаю в течение пары дней, как она устала и температурка чуть больше 37, поэтому я стала вводить на постоянной основе также антивирусный протокол, а раз в год начала делать массируемую антивирусную терапию.

## **Часть V. Освободи исполина -иммунную систему**

### **Ребенок, который не мог выздороветь сам**

Сегодня, после стольких лет работы среди родителей с аутичными детьми и стольких прочитанных книг, посвященных биокоррекции аутизма, я знаю, что по большому счету всех этих детей можно

разделить на две категории: те, которые болеют все время и те, которые никогда не болеют. При этом и первое, и второе состояние детей указывает на ненормальную работу иммунной системы и требует биокоррекции.

Поскольку Аурель относилась к числу постоянно болеющих детей, то так уж произошло, что я с самого начала пыталась разгадать причину ее таких странных и тяжелых заболеваний. Я проанализировали все, что касалось ее состояния здоровья и, как мне кажется, докопалась до сути. Может быть, мой рассказ поможет кому-нибудь и решению их проблем.

После того, как в ноябре 2006 мы привезли Аурель в Швецию, она выздоровела после своей почти двухмесячной болезни и даже ходила в садик в течение полутора месяцев. Когда в январе начались слякотная погода, Аурель засопливила. Я была уверена, что если мы оставим ее дома на неделю, то она выздоровеет быстро. Но через неделю, вместо того, чтобы выздороветь, Аурель стала температурить. Пошли к врачу, и тот констатировал ушную инфекцию и бронхитные явления.

Я была удивлена. Моя теория, как лечить детей, провалилась. Я думала, что стоит только посидеть дома, как это было со мной или с моей дочкой, и с десятком детей моих знакомых и друзей, как организм сам сразу же переборет инфекцию. Я была твердо убеждена, что долго и тяжело болеют те дети, у которых родители не могут оставить их дома до полного выздоровления, или пропускают самое начало болезни, когда ребенок не разболелся всерьез. Я всегда осуждала мам за легкомыслие, но вот моя девочка осталась дома при первых легких симптомах, а болезнь развилась весьма обширно. Врач назначил нам Амиокс (антибиотик из группы пенициллинов). Мы пили его неделю, но я видела только периодические подъемы температуры, боль в ушах и улучшений никаких не было. Через неделю тот же врач констатировал ухудшение и выписал Спектромокс (та же самая



пенициллиновая группа). Я давала его Аурель четыре дня и опять без каких-либо изменений. Ранним утром в субботу у Аурель начались приступы рвоты и, когда я увидела, что они не уменьшаются, мы поехали в больницу. Я была в панике, так как понимала, что это связано с состоянием печени и видела, что состояние ребенка ухудшается. В больнице нам повезло. Поскольку я была в состоянии истерично-напуганном, то медсестры быстро вызвали врача (в Швеции оценку состояния пациентов, которые сами прибыли в больницу, ведут медсестры и часто именно они выставляют диагноз). Врач была молода и поставила нам ошибочный диагноз. Исследовав Аурель, она увидела у нее массу точечных кровоизлияний вокруг глаз, на шее и на теле, температура была около 40, ребенок орал как невменяемый и она, видимо, помня только симптомы по учебнику, поставила нам диагноз — менингит.

Были сделаны экспресс-анализы, которые показали весьма плохие печеночные пробы и полное истощение эозинофилов -разновидность лейкоцитов, понижение их до нуля указывают на тяжелые инфекционные заболевания.

Аурель госпитализировали с подозрением на менингит. От пункции из позвоночника мы отказались и через двое суток, когда стало ясно, что менингитом и не пахнет, а температура упала от антибиотика Клафуран, нас выписывают. Лечения не назначили, хотя Клафуран рекомендуют минимально пять дней и послали к нашему врачу.

Приехавшие родители забрали Аурель в Германию. Там ей снова прописали антибиотик Клацид. Результат достигнут - она здорова к марту. В общей сложности Аурель снова проболела два месяца.

Все шло по такому же сценарию как осенью прошлого 2006 года. Вот тогда она тоже проболела два месяца и поправилась только после введения Клацида.

В конце марта 2007 я, перебрав в уме все мыслимые причины такого

хода болезни, решаю, что ребенок ослаблен, и в голову приходит обычная идея о солнце, море как естественном способе усиления иммунитета. Но поскольку до лета было далеко, то я решила попробовать препарат Лаурисидин. Его создатель, профессор Джон Кабара из Америки, так написал о своем изобретении:

«Лаурисидин делается из кокосовых орехов, которые содержат до 50% лауриковой кислоты. Другой источник этой кислоты — материнское молоко. Употребляя лаурисидин, твоя иммунная система получает близкий тебе стимулятор, который получают все младенцы из материнского молока.

Однако исследования показали, что для того, чтобы жир материнского молока и кокосовый жир имели такие же свойства и стали иммуностимуляторами, они должны быть расщеплены до того, как попадут в процесс пищеварения. Это происходит благодаря специальным энзимам в материнском молоке, но в кокосовом жире этого энзима нет. Лаурисидин является выделенным продуктом, который усваивается нашим организмом как моноглицерин — монолаурин. Оптимальный результат для иммунной системы достигается после приема в течение от трех до шести месяцев. Препарат может использоваться совместно с любыми другими медицинскими препаратами, не оказывая влияния на воздействие этих препаратов на организм. Сам по себе он может приниматься без ограничения по времени как витамины или еда».

В это время мы как раз сделали анализы во Франции на наличие в организме у ребенка тяжелых металлов и вирусов. Ответ не стал неожиданностью, да, была ртуть и были вирусы. Я вспомнила, что наши болезни прекращались только после лечения Клацидом, и вот тут я решила внимательно изучить, а что представляет собой этот препарат. Я выяснила, что это антибиотик группы макролидов — кларитромицин, который доказал высокую эффективность в борьбе с такими видами бактерий как *Legionella pneumophila* и *Mycoplasma pneumoniae*,

*Streptococcus agalactiae*, *Streptococcus pyogenes*, *Streptococcus viridans*, *Streptococcus pneumoniae*, *Haemophilus influenzae*.

Эта самая *Haemophilus influenzae* (Гемофильная палочка) меня очень заинтересовала. Я стала искать о ней и нашла, что эта бактерия вызывает гнойный менингит (воспаление мягкой оболочки головного мозга) и дает частые неврологические осложнения, а гемофильная пневмония – часто сочетается с менингитом и эндокардитом (воспаление внутренней оболочки сердца) и, как и другие формы гемофильной инфекции, сопровождается тяжелой интоксикацией. Единственным средством профилактики гемофильной инфекции является вакцинация.

И вот тут меня будто током ударило! Я впервые заинтересовалась нашей вакцинацией и первый раз села и стала расшифровывать, что за прививки получила Аурель.

Я нашла, что она была четыре раза вакцинирована HEXAVAC и один раз MMR. Состав HEXAVAC: коклюш, дифтерит, полиомиелит, столбняк, гепатит Б и *Haemophilus influenzae B*.

У меня в мозгу словно что-то щелкнуло и мне стало все понятно. Вот этот гемофилюс и не был побежден иммунной системой Аурель и активизируется, как только она заболевает!

А поскольку на эту бактерию хорошо действует Клацид, то только после применения антибиотиков против этой группы бактерий ребенок выздоравливает. А так как никто из врачей не предполагает, что он борется с *Haemophilus influenzae B*, то нам дают Клацид на пять дней, и мы только приглушаем, но не убиваем инфекцию. После такого открытия я решила, что во время болезни буду давать ребенку Клацид не пять дней, как нам говорили врачи, а десять, как написано в справочнике по фармакологии Машковского, когда его применяют против гемофильной палочки, а Лаурисидин я просто ввела для поддержки иммунной системы.

Применить мою новую тактику на практике стало возможным

довольно скоро. Аурель заболела, как всегда с температурой и тяжело. Она уже пила Лаурисидин, и я сразу ввела антибиотик Клацид (от предыдущих болезней у меня собралось достаточно остатков Клацида, чтобы начать прием сразу). За три дня Клацид на фоне Лаурисидина убрал практически все симптомы болезни и остался легкий кашель. Через десять дней Аурель была почти полностью здорова. В первый раз простуда не перешла ни в какую более тяжелую форму! Я поняла, что я на правильном пути.

Но вот роль Лаурисидина я все-таки еще не совсем себе представляла и задала об этом вопрос его создателю, профессору Кабаре на его сайте.

«Что случится, если я остановлю лечение Лаурисидином? Как много лет надо иммунной системе, чтобы начать работать без Лаурисидина? Есть ли какая-то специфика с дозами Лаурисидина для победы над бактериальной или вирусной инфекцией?» — написала ему я.

Ответ профессора Кабары раскрыл мне глаза на роль Лаурисидина: «Лаурисидин необходимо принимать скорее как витамины для оптимизации здорового состояния, чем для лечения.

Вам необходимо найти количество, которое работает для вашего ребенка. Я бы предположил, что одна мерная ложка или меньше в день в вашем случае была бы достаточной.

Лаурисидин помощник для достижения оптимального здоровья, а не исключительно для лечения».

Исходя из его слов, я поняла, что Лаурисидин иммуномодулирующее средство, и нам надо вводить Лаурисидин надолго. Вот только дозу его я все-таки взяла выше — три мерные ложки.

Следующее заболевание у нас было в начале февраля 2008 года, когда болели все. Тут я снова дала ей в течение десяти дней Клацид. Лаурисидин остался у нас на постоянной основе, потому что ни привыкания к нему, ни его побочного действия не выявлено.

Надо сказать, что это был последний раз, когда ребенок тяжело

заболел и болезнь сопровождалась сильным кашлем. Через два дня все симптомы ушли и больше никогда никакие простуды не перетекали у нас ни в бронхиты, ни в ушные инфекции.

Я хотела бы еще раз подчеркнуть, что тот набор вирусов, попадающих к детям в кровь из вакцин, возможно, никогда бы не встретился этому ребенку за всю его жизнь. Более того, применение любой вакцины не может защитить всех от менингита, вызываемого гемофильной палочкой, поскольку идет постоянная ее мутация.

Поэтому я считаю, что такая избыточная вакцинация только ослабляет иммунную систему и даже легкая простуда становится опасной для ребенка.

Но еще страшнее, когда ребенок вообще не болеет и тогда родители с восторгом думают, что он силен и здоров. К сожалению, это не так, и анализы на состояние иммунной системы часто показывают титры, говорящие о тяжелой борьбе иммунной системы, которая не дает ребенку начать его развитие.

Проблема эта была не нова, но вот совсем недавно, в 2005 году, в ДАН! протоколе появился раздел антивирусной биокоррекции. История ее создания весьма поучительна для скептиков, что полагаются во всех вопросах только на врачей и не верят в родительский потенциал.

## **Как родители разработали антивирусную терапию**

Все аутичные дети в той или иной степени страдают аутоиммунными заболеваниями. Для этих детей характерны разного рода аллергии и пищевые непереносимости, болезни желудочно-кишечного тракта, ушные инфекции, подверженность простудам или наоборот, отсутствие простудных заболеваний - иными словами все то, что указывает на ослабленный или искаженный иммунитет.

А знаете ли вы, что 40 % иммунных клеток находится в кишечнике? Следовательно, прежде всего необходимо всеми возможными

средствами восстановить нормальную кишечную микрофлору и обратить внимание, хорошо ли организм ребенка усваивает пищу. Это тот самый важный шаг, который позволит ребенку восстановиться. Все при этом взаимосвязано и разделить мероприятия по биокоррекции практически невозможно. Пока неподготовлен ЖКТ, нет возможности вводить добавки и начинать хелирование, а начав хелирование, необходимо сражаться с вирусами и поддерживать иммунную систему.

Часто бывает, что родители радуются, что их малыш никогда не болеет, но, как ни странно, это тоже не нормально и говорит о таком поражении иммунной системы, когда она не в состоянии сформировать иммунный ответ. Многие родители, введя диету, часто говорят о том, что их дети, которые никогда не болели, стали простывать, и при этом у них стала повышаться температура.

Это как раз нормально, потому что, когда в организм попадает инфекция — вирусы, бактерии или микробы какое-то время размножаются почти беспрепятственно. Но иммунная система тоже не дремлет, а готовится к бою. Состояние человека ухудшается, температура растет, болезненные явления усиливаются, а потом происходит перелом. В крови начинают образовываться антитела — особые вещества, которые способны уничтожать инфекцию. Причем инфекцию только конкретного вида. При заболевании ветрянкой появляются антитела, убивающие вирус ветряной оспы. Но они не будут реагировать, например, на вирус кори.

При заражении корью в организме вырабатываются другие антитела.

Кроме того, в крови человека есть специальные клетки, так называемые лимфоциты-убийцы, которые наряду с антителами принимают активное участие в уничтожении инфекции.

Когда вирусы или микробы попадают в кровь, другие клетки, их называют лимфоцитами-помощниками, начинают помогать клеткам-убийцам размножаться, так как у здорового человека в крови клеток-

убийц немного. При этом в отличие от антител образующиеся лимфоциты-убийцы не являются специфическими по отношению к какой-либо инфекции. Они убивают без разбора все, что является чужеродным для организма.

Как правило, антитела и лимфоциты-убийцы быстро справляются с инфекцией. А затем, после выздоровления, специфические антитела остаются в крови человека в небольшом количестве. И если вирус той же болезни вновь попадает в организм, то антитела и клетки-убийцы набросятся на него и уничтожат раньше, чем он успеет размножиться и вызвать болезнь.

Так появляется невосприимчивость к болезни. Эта невосприимчивость и называется иммунитетом.

При нарушении микрофлоры желудочно-кишечного тракта начинается чрезмерное размножение болезнетворных микроорганизмов, которые отравляют организм и иммунную систему своими шлаками, поглощают витамины и микроэлементы, вызывают воспалительные процессы, нарушают процесс пищеварения.

А если вспомнить, что площадь поверхности кишечника составляет около тридцати квадратных метров, то можно представить себе масштабы разрушительного воздействия дисбактериоза.

В иммунную систему так же входят костный мозг, вилочковая железа, селезенка, лимфатическая железа с лимфатическими узлами, которых более четырехсот, лимфатические узелки в кишечнике, аппендикс, небные миндалины. И важно, чтобы суммарная реакция иммунитета, или иммунный ответ, был сильным, когда организм вступает в единоборство с болезнями.

Но иммунитет осуществляет в организме не только защитные функции, а еще занимается восстановлением поврежденных или выработавшихся тканей. Сбои в иммунной системе в этом случае могут вызывать образование раковых опухолей, но сейчас нас больше интересует поведение иммунной системы при проникновении и

размножении в организме человека вирусов. Их появление тоже вызывает ответ со стороны иммунной системы, и он состоит из двух составляющих: гуморальной и клеточной.

Когда организм нейтрализует чужеродную субстанцию (антиген), вырабатываются активные клетки, фагоциты, которые захватывают и переваривают антиген. В этом случае работает клеточный иммунитет, которым, в основном, заведует вилочковая железа.

Существует еще гуморальный иммунитет, когда антиген уничтожается путем выработки специальных антител, которые нейтрализуют антигены. Роль антител выполняют иммуноглобулины крови (так называют совокупность сывороточных белков).

Есть и другие механизмы иммунитета, направленные на защиту от любого антигена, это неспецифический иммунитет: кожа и слизистые непроницаемы для большинства микроорганизмов, кроме того, в жидкостях организма есть специальные ферменты, разрушающие захватчиков. Клетка, зараженная вирусом, вырабатывает противовирусный белок – интерферон, и т.д. Это очень сложная и сбалансированная система, в которой лимфоциты имеют также очень много функций. Так, например, есть клетки помощники Th1 и Th2.

T-лимфоциты после распознавания антигена начинают выделять гамма-интерферон и дифференцируются в двух направлениях. Одни – Th1 – приобретают способность активировать макрофаги и участвовать в клеточном иммунном ответе. Другое направление дифференцировки ведет к формированию Th2, способных активировать В-лимфоциты к продукции соответствующих по специфичности антител, т. е. участвуют в гуморальном иммунном ответе. Превалирование лимфоцитных клеток Th2 приводит к усилению гуморального ответа и подавлению Th1. Превалирование Th1 приводит к усилению клеточного иммунного ответа и подавлению Th2.

Долговременные исследования, которые проводил Садхир Гапта – профессор неврологии, патологии, микробиологии и молекулярной



генетики Калифорнийского университета Ирвин, показали, что у детей с диагнозом аутизм количество Th2 клеток значительно превалирует по отношению к Th1, а у детей, не имеющих данного диагноза, такого дисбаланса не наблюдается!

Профессор Гапта подчеркнул, что это ведет к сильной восприимчивости этими детьми вирусной и дрожжевой инфекции.

Повышение гуморального иммунитета объясняет множественные аутоиммунные реакции у детей с аутизмом, и в частности нахождение в их крови антител к протеину миелина (мозговой оболочки) и маркеров, показывающих хроническое воспаление в желудочно-кишечном тракте.

Это воспаление было давно обнаружено в Англии, но врачи определили его как один из симптомов аутизма и сказали, что оно не лечится!

Проводя посмертное исследование мозга пациентов с диагнозом аутизм, профессор Гапта обнаружил, что изменения, найденные в мозге аутистов, похожи на изменения в мозге пациентов с рассеянным склерозом.

Он подчеркнул, что пациенты с хроническим воспалением в кишечнике и мозге обязательно страдают дисфункцией митохондрий и системы детоксикации, кроме того, их мозг страдает от кислородного голодания и его клетки не получают достаточного питания, даже если диета могла бы обеспечить их.

Проводя лечение ЖКТ и освобождая организм от токсичных металлов, врачи надеялись, что эти мероприятия обеспечат улучшение в работе иммунной системы.

Но многие родители, проводя все разработанные терапии, интуитивно чувствовали, что этого мало, что их дети не могут улучшиться, потому что им мешает какая-то инфекция. Естественно, они обращались к врачам, так как хотели получить лечение для своих детей. ДАН! врачи делали то, что делают все врачи - назначали дорогостоящие иммунологические исследования. Разобраться в

результатах этих исследований было порой просто невозможно, и даже иммунологи заходили в тупик, как трактовать полученные результаты и что же назначать. Но что было делать в том случае, если анализы вообще ничего не показывали? Для врачей это было решающим, и тогда родителям говорили, что их беспокойства напрасны, что аутизм — заболевание мозга и тут ничего уже не сделаешь. Многие родители не успокаивались и либо начинали вести лечения на свой страх и риск, либо пытались найти такого врача, который пошел бы навстречу родителям и назначил лечение.

Успехов не было до тех пор, пока обычный папа, которого зовут Стэн Куртс (я уже не один раз цитировала его высказывания), не имеющий никакого медицинского образования, но думающий и наблюдательный, создал абсолютно новый взгляд на лечение детей, болезнь которых нигде не описана. Этот новый подход в лечении подхватили сегодня все ДАН! врачи и применяют все родители, которые вводят биокоррекцию своим детям самостоятельно.

Итак, Стэн был твердо уверен, что его сын заражен вирусом герпеса и хотел пролечить его препаратом Вальтрекс, который использовался в медицине для этого случая. Кроме того, Куртс считал, что у его ребенка системный кандидоз и хотел одновременно лечить и эту проблему препаратом Дифлюкан. В то время ДАН! врачи еще не были так хорошо знакомы с вирусными и кандидными проблемами аутичных детей, а показатели анализов у сына Стэна не давали повода для беспокойства, поэтому никто из врачей не хотел выписывать ребенку эти лекарства. Но Стэн Куртс был настойчив и не отказывался от своей идеи. Наконец Куртс нашел врача, который поверил его интуиции. Вместе с ним они еще раз провели очень дорогие исследования, которые снова оказались идеальными: никаких следов дрожжей в кишечнике, никаких повышенных титров на герпесную инфекцию в анализах крови. Но на этот раз доктор просто согласился и выписал ребенку Дифлюкан и Вальтрекс, на которых настаивал отец.

С первых шагов лечения у ребенка улучшилось внимание, восприятие речи и сама речь. На различных этапах этого лечения, Куртс делал видеофильмы о состоянии ребенка. Лечение продолжалось девять месяцев и закончилось полным восстановлением десятилетнего мальчика. Счастливый папа торжествовал!

Но если бы он сделал только это, то революции бы не случилось. Стэн Курте продемонстрировал все грамотно подобранные материалы на весенней конференции ДАН! врачей в 2005 году.

Это была бомба, это была революция в понимании вирусных проблем у детей с диагнозом аутизм! И это сделал не врач, а обычный папа, который внимательно наблюдал за своим ребенком, читал книги ДАН! врачей и отчеты родителей о своих восстановленных детях, сравнивал симптомы и анализировал все, что слышал от других и видел у своего сына. Он понял, что у его мальчика хроническая вирусная и дрожжевая инфекция и не верил чистым анализам и заверениям врачей, что все в порядке. Он возвестил на весь мир, что лечить надо не анализы, а больного, и выиграл жизнь своего ребенка.

Сотни родителей, окрыленные его успехом, стали атаковать своих врачей, чтобы провести такой же протокол. При этом никто из них больше не хотел платить за дорогие исследования, если протокол надо вводить все равно. Очень многие получили хороший результат и восстановили детей, и была открыта новая эра, когда и врачи, и родители поняли, что тесты могут ничего не показать и пробное лечение – более верный тест, чем дорогие анализы.

После этого Стэн основал форум, который посвятил противовирусному препарату Вальтрекс и витамину МВ12, и помогает родителям найти свою дорогу к восстановлению детишек.

Что касается Вальтрекса, то это – хорошо известный и проверенный антигерпесный препарат, но недешевый, и часть родителей, которые не

могут его купить, обратились к безрецептурным натуральным противовирусным средствам.

Одним из таких средств является экстракт листьев оливы, который хорошо комбинируется с Лаурисидином и протеолитическим ферментом Вирастоп.

Вирастоп – фермент, который растворяет защитную протеиновую оболочку вирусов, и за счет этого проявляет выраженное противовирусное действие (дозировка очень сильно различается, обычно наращивается ступенчато). Для лучшего эффекта дается на пустой желудок.

Производители Вирастапа советуют вводить его с малого количества и постепенно наращивать до 12 - 15 капсул за сутки у детей и потом также постепенно снимать препарат – в общей сложности такой курс рассчитан на три месяца. Также подчеркивается, что при приеме препарата могут возникнуть различные побочные эффекты, одним из которых является «вирусная сыпь». Она часто появляется как характерная реакция на любую противовирусную терапию и может появиться сразу или через неделю-две после начала противовирусного лечения. Объяснение для этой вирусной сыпи пришло из опыта с другими методами вирусного контроля, например, при герпетической инфекции, когда вирус может прятаться внутри нервных клеток организма и прорываться на поверхность кожи по стволам нервных окончаний.

Как эффект от применения препарата производители перечисляют:

### **1. Улучшения в языке и общении.**

У детей с проблемами речи и общения улучшилась речь и способность общаться с другими. Сюда входит умение вести разговор, шутить, смеяться вместе с другими, и выражать собственные чувства и желания спокойно без истеричного компонента. Несколько участников заметили улучшенный глазной контакт и внимание со стороны ребенка, когда к нему обращаются.

### **2. Эффект «счастливого ребенка», лучшее настроение.**

Эффект «счастливого ребенка» – это термин, описывающий выраженный сдвиг общего настроения ребенка от капризного, ноющего, раздражительного к радостному, легко соглашающемуся, терпеливому и, в целом, менее склонному к резким сменам настроения. Мелочи больше не приводят к взрыву.

### **3. Большая гибкость в распорядке, терпимость к изменениям.**

Ряд детей стали более гибки в своих правилах, меньше устраивали истерик и легче могли переходить от одного вида деятельности к другому. Переход происходил легче даже в случаях неожиданных, незапланированных событий.

Родители начали использовать Вирастоп как основу антивирусного протокола и в случае антигерпесного лечения, где он вводится в сочетании с ОЛЕ (оливковых листьев экстракт), Лаурисидином и Лизином.

При этом многие видят большой эффект от хелирования на любой антивирусной терапии. Родители делали анализы выхода металлов без антивирусной терапии и вместе с ней, и результат ясно показывал, что при комбинировании двух терапий вывод металлов увеличивался.

Таким образом, подтвердилась еще одна теория Стэна Куртса о том, что антивирусная терапия помогает выводу ртути из организма детей, если ее проводят вместе с хелированием!

Стэн Куртс утверждает также, что верно и обратное, что наличие активных вирусов в организме может сдерживать выход металлов.

Таким образом, биокоррекция стала не только исключительной прерогативой докторов и профессоров. Обычные родители и сами могут дать толчок в ее развитии, если подходят к делу творчески.

## **Большие дозы Вирастопа – панацея или ловушка**

Практически у всех детей с расстройством аутичного спектра

наблюдаются проблемы в работе иммунной системы. Поэтому в их кишечнике бушует кандида, различные паразиты легко находят там приют, многие дети аллергичны и их иммунная система даже не пытается взять под контроль вирусы в организме.

После разработки противовирусных протоколов, опыт многих родителей показал, что наши дети очень сильно выигрывают в их применении, и в таких протоколах Вирастоп (протеазный фермент) является одним из самых мощных средств.

За последнее время многие родители, как и я, проводили такие противовирусные протоколы, сочетая Вирастоп с другими препаратами.

Поскольку дозы БАДов обычно не определены, то обычно говорят о «рекомендуемых дозах», которые используются как ориентировочные, а на практике следят за поведением и физическим состоянием ребенка. Производитель Вирастопа советует поднимать дозы препарата до 24 капсул в день у взрослых людей, но для детей мы ограничились дозой 12 капсул.

Такие умеренные дозы обычно не вызывали никаких побочных эффектов. Да и протокол Вирастопа родители обычно начинали не сразу, а спустя уже год-полтора работы с ребенком, когда уже был введен базовый протокол добавок и большинство детей находилось на этапе хелирования.

Диета, добавки, хелирование улучшают работу иммунной системы, которая начинает восстанавливаться. Если на этом этапе подключить активный противовирусный протокол, то это всегда дает очень хорошие результаты, потому что в первую очередь иммунная система начинает борьбу с вирусами и при поддержке противовирусного протокола эта борьба идет более эффективно.

Достигнутые улучшения закрепляются, и постепенно ребенок прогрессирует и в социальном и в физическом развитии. Поскольку борьба с вирусами не проходит бесследно, то в процессе проведения противовирусного протокола у ребенка может кратковременно

подниматься температура, могут быть высыпания, начинаться насморк или кашель, но все это не должно выглядеть тяжелее обычной простуды.

Чтобы не изнурять и без того слабую иммунную систему болезнями, противовирусный протокол держат три месяца и делают не чаще, чем один раз в год.

Из моего опыта могу сказать, что первые два года Аурель болела на протоколе, причем в 2010 году так сильно, что я даже не подняла ее дозу выше 10 капсул, а через год я практически не заметила за три месяца ничего отрицательного.

Описание улучшений от протокола Вирастапа так привлекательны, что некоторые родители, желая помочь ребенку побыстрее избавиться от вирусов и восстановиться, стали вводить курсы Вирастапа до протокола хелирования, а некоторые даже еще до того, как ввели базовый протокол добавок.

Начиная такой курс, многие родители сразу замечали улучшения в поведении ребенка, в понимании им речи и его взаимодействии в социальных ситуациях. Но одновременно ребенок начинал очень сильно болеть. Нормальной реакцией родителей в этом случае была либо остановка протокола, либо достижение 10-12 капсул в день и постепенный вывод препарата. **Увы, после такого раннего противовирусного протокола (до хелирования и до ввода базового протокола) все улучшения чаще всего быстро сходили на нет.** Иммунная система была еще не способна удержать достигнутое состояние.

Но желание получить максимальный эффект сильно, и одна мама написала письмо производителю Вирастапа с вопросом о безопасности больших доз Вирастапа для детей.

Производитель ответил положительно, потому что все что, он выпускает, не является медицинским препаратом, и не может навредить ребенку в дозе 24 капсулы. То, что ответил производитель, с

его точки зрения было чистой правдой, потому что БАДы не предназначены для лечения тяжелых заболеваний и производители БАДов не проводят клинических испытаний на тяжелых больных. Производитель отвечал о безопасности Вирастопа в применении к людям и детям, которым не требуется медицинская помощь, и у которых лишь вялотекущие хронические осложнения. Но наши дети относятся к другой группе, той, которая как раз в зоне риска из-за проблем иммунодефицита, и родители должны всегда помнить, что никто не может дать никаких гарантий для наших детей. То, что без проблем работает для всех других, может быть опасным для многих детей аутичного спектра.

Опираясь на то, что посоветовал производитель, мама начала протокол больших доз Вирастопа для ребенка восьми лет, который был на хелировании уже около года, и на биокоррекции около четырех лет. Результат превзошел все ожидания, и счастливая мама сообщила о нем.

Родители тяжело больных детей гиперчувствительны к такого рода информации. Не имея возможности ждать и собирать годами отзывы о каком-либо новом протоколе, лечении или просто слухе, они кидаются экспериментировать на своих детях, в надежде получить такой же положительный эффект, как тот, о котором они услышали.

Естественно, что такие положительные изменения, которые описывались, не оставили никого равнодушными. Родители кинулись делать протокол больших доз Вирастопа для всех детей без учета возраста ребенка, его общего состояния, а также времени на биокоррекции и хелировании.

Дети переносили большие дозы Вирастопа тяжело. Они постоянно болели, капризничали и были усталыми. Все это нисколько не компенсировалось теми небольшими улучшениями, которые наблюдались у них, но быстро исчезали после окончания курса.

За последние два года у нас на сайте появилось много детей, у



которых аутичный спектр проявляется на фоне таких страшных диагнозов, как ДЦП и эпилепсия. Родители этих детей выбрали тоже дорогу диеты и биомедкоррекции. Общее состояние многих детей улучшилось, но конечно, наличие таких тяжелых заболеваний показывает, что их иммунные системы находятся под еще более тяжелым прессом, чем у детей только с аутичным спектром.

Эти родители первыми идут по пути биокоррекции, и, с моей точки зрения, они должны быть особенно осторожными, чтобы не потерять тех улучшений, которых они добились, и не заставлять своих детей страдать понапрасну.

Мой первый рассказ о мальчике трех лет с диагнозами ДЦП и аутичный спектр. Его мама была около года на сайте и даже не ввела базовый протокол добавок, потому что постоянно ездила к разным врачам, в том числе и в Германию. И вдруг она кинулась в бушующее море противовирусной терапии. Я привожу выдержки из ее рассказов.

*«На данный момент мой сын может немного ползать на животе, встает на четвереньки, сидит только с поддержкой.*

*Сам не кушает. Очень сильно боится громких и резких звуков, очень боится сидеть, боится себя в пространстве. Интеллектуальное развитие превышает возраст. Говорит и понимает все слова. Речь четкая и разборчивая.*

*Он готов физически ползать, сидеть, но почему ничего не делает – врачи разводят руками.*

*Так получилось, что случайно (приболел парень) попробовали Вирастоп и после одной капсулы мальчик проснулся мокрым, как мышь и полностью исчезли обструктивные симптомы и больше не было приступов. Решила не останавливаться, а вводить полный протокол.*

*25 декабря вышли на постоянную дозу 15 капсул, пробыли на ней 21 день.*

*Сильный скачок дала речь. Мелкая моторика. Были попытки начать пользоваться правой рукой, но исчезли, а я просмотрела...*

*Когда пошли на снижение дозы Вирастапа, то ребенок заболел, и я увидела что пропустила откат на снижение дозы и снова начала ее поднимать.*

*Стали сильно беспокоить глаза. Сидит, сидит и вдруг как заплачет и жмурится, как будто по глазам резанули: «Глазки щипет, глазки щипет». Ночью как-то плакал и на глазки жаловался, а утром они оказались слипшиеся какой-то пленкой.*

*Сдала анализ мочи и в ней оказалось много белка, эпителий и соли.*

*С 28 февраля стали держать 22 капсулы Вирастапа. Сын стал жаловаться на боли в коленях.*

*Я не рассчитывала пробыть на протоколе так долго и с такими большими дозами.*

*И хотя сын все время болеет, но на протоколе как-то весь изменился стал розовее, бодрее, по-другому говорит.*

*В самом начале протокола был эпизод, когда он попросил ложку и съел весь свой омлет, как будто всегда так делал (замечу, что сам он есть не может).*

***Продолжения это не получило как и пользование правой рукой, но факт был и он доказывает, что он может. А кто видел ДЦП-шку, который владеет вилкой, как нормальный, но .... Я все это связываю с Вирастапом.***

*Рассматривает свои ручки. В ладушки хлопает. Ноги свои по-новому ощущает.*

*Оглядываясь назад, я могу сказать, что я не могла даже представить, что смогу дойти до максимальной дозы Вирастапа. Если честно, было страшно.*

*Вчера доза дошла до 12 капсул Вирастапа и сын опять пожаловался: «Коленки болят». Сегодня 11 капсул и сын жалуется на боль в глазах.*

*Что делать? Снова поднимать? На сколько? На протоколе почти 5 месяцев. Хотела заканчивать в конце апреля. Нужно начинать хелирование, а может еще нельзя, рано?*

*Дошли до 10 капсул и у сына опять начались знакомые хрипы в груди и нос вроде как заложило. Сам капризный беспокойный.*

*Произошло снова какое-то страшное отмирание патогенов. Он весь вонял, изо рта пахло ужасно, стул ужасный. И вот в четверг вечером, укладываю его спать и чувствую на голове под рукой, в височной зоне припухлость, как перепелиное яйцо!*

*Начала рассматривать, розовая, болезненная, большая. Поехали вчера к хирургу. Пошли смотреть эту штуку на УЗИ. Посмотрели. Некая полость в кожном слое. Пустая, нет ни гноя, ни жидкости ничего. Резать нечего. Поехали мы домой. Приложили мазь. За ночь эта штука стала еще более локализованной. Напоминает несозревший чирей.*

*Где-то неделю спустя появилась вторая такая же штука, но пониже затылка и намного меньше. Хирург предположила, что это эритема. Те, что на затылке, быстро закапсулировались и вышли в виде жесткого стержня, похожего на старый угорь. А над ухом их оказалось три сразу. Поэтому и отек тканей был такой сильный. Один стержень вышел, а два еще сидят.*

*А вчера сын взял кружку и САМ, держа ее за край, попил и даже не облился, будто он так всегда делает.*

*Но, как и с едой с вилкой, это было разовое счастье. Сегодня так не смог.*

*Вирастоп мы наконец-то вчера закончили. ВСЕ!!!*

***Для ребенка было все очень тяжело, это правда.** Но результат поражает даже меня. Я еще не свыклась, что ребенок производит впечатление полноценно развитого младенца, лихо болтающего ножками, поднимающегося на руках и делающего много других действий, которые еще пару-тройку месяцев назад казались недостижимыми..*

*Удачи Вам и ничего не бойтесь, сердце и интуиция матери всегда подскажут.»*

Когда я прочитала отчет этой мамы, то я была в шоке. Трехлетний малыш, который хорошо разговаривал, потихоньку прогрессировал на диете и мог за прошедший год медленно и спокойно пройти все стадии и получить результат такой же – самостоятельно сидеть или вставать (у нас уже есть ребенок с ДЦП, который сделал первые шаги на одном только базовом протоколе), был поставлен в критическую ситуацию.

С декабря по март ребенок испытывал физические мучения практически постоянно и тяжело болел. Все улучшения могли бы прийти естественно и без стресса для организма, а кроме того могли бы прийти и закрепиться те другие улучшения, которые теперь пропали по дороге. И хотя все закончилось хорошо, но я как раз и хотела сказать пару слов об этой самой эритеме, вылезшей напоследок.

Вирусная эритема – заболевание очень редкое. Точная причина его не установлена, и к возможным причинам с успехом можно отнести все: химические вещества, трение, давление, тепло, холод, ультрафиолетовые лучи, ионизирующая радиация, бактерии, патогенные грибы, некоторые растения. Эритема может быть проявлением общих инфекционных болезней, интоксикаций, нарушении кровообращения, нейрогенных и гормональных расстройств, болезней кроветворной системы. Другими словами, это слабость иммунной системы, которая не в силах больше справиться с кожными вирусами. Эритема разрешается обычно через несколько дней или недель после появления, но бывают разные эритемы и разное течение болезни. Например, наиболее тяжелой разновидностью экссудативной эритемы является синдром Стивенса – Джонсона. При этой форме заболевание начинается по типу острой респираторной инфекции. Температура достигает 39-40 градусов. Резко выражены симптомы общего токсикоза. Наряду с высыпаниями, при синдроме

Стивенса – Джонсона возникают пузыри на слизистых оболочках рта, носа, глотки, губах, а также в области заднего прохода и наружных половых органах.

На местах вскрывшихся пузырей образуются болезненные, покрытые некротической пленкой, иногда кровоточащие эрозии и язвы. Возможно поражение слизистой оболочки глаз с последующим развитием кератита и рубцовыми изменениями конъюнктив и склер, что кстати и происходило у ребенка. Заболевание осложняется миокардитом, нефритом, пневмониями, менингоэнцефалитом и может закончиться летально.

Вот такими могли бы быть итоги противовирусной терапии, а ведь цель-то была поддержать иммунную систему!

Победителей не судят, ребенок остался жив, и никто теперь не имеет права говорить счастливой маме, что она не права. А вот у меня так и остался тяжелый осадок от того абсолютно не оправданного риска, которому мама подвергла ребенка во имя его же спасения.

Следующий рассказ о ребенке восьми лет, у которого нарушения аутичного спектра отягощены эписиндромом. Ребенок был на диете и биокоррекции почти полтора года. Он начал развиваться, ходить сам за коляской, и уже было можно подключать хелирование, но родители выбрали другой путь.

*«Начали Вирастоп с 1\4 капсулы, на всякий случай, и не зря. Ребенку очень тяжело. Вначале он почти все время спал, был очень слабым, много потел, его сильно трясло. Это были не судороги, а казалось, что реально видишь, как вирусы выходят до самых нервных окончаний наружу. И за несколько дней, даже на этой маленькой дозе был эпилептический приступ (видимо, меры по отводу токсинов были слабы, хотя на других курсах наших этих средств нам хватало). Усилили антикандидный протокол и пошли дальше. Очень долго Сереже лучше не становилось – не мог стоять, сидеть, ходить за ручку, держать*

равновесие (ну, в общем, не осталось ничего, чтобы он мог – только лежать: при попытке подняться или перевернуться, его начинало трясти.) Мысли, что надо все остановить, у нас не было, был реальный ужас, что все это не давало нам жить уже 7 лет, но «по-тихому». Хотя, вряд ли можно назвать «тихой» почти 100% эпилептичность при бодрствовании и во сне.

Потихоньку подняли Вирастоп до 6 капсул за 2 приема – утро, вечер. Прорывов по-прежнему нет, зато есть уменьшение негатива (не так трясет, чуть лучше с равновесием). И вот очередной прокол: я выложила капсулы с утра, предполагая, что это на целый день, а бабушка дала их сразу утром. Целый день были в напряжении: и усиленный анти, и АКА, и энтеросгель. Но все равно не справились – пошли приступы (неделю было очень сложно), но, когда все успокоилось, мы пошли дальше.

Почти вернулись к исходному состоянию – еще не ходим за ручку, но уже можем стоять с опорой (без нее пока нет), вчера смог подняться с колен на ноги (у опоры), глазки стали осмысленнее, едим пока еще в коляске, а не на стуле, но уже крутиться в ней начал. Но, по-прежнему, мало сил, много спит днем.

Хотим поднимать дозу дальше, так что наш курс будет длиннее, чем 3 месяца.

Курс Вирастопа мы начали 15.01.11 и через 3,5 месяца подняли до 20 капсул.

Остановиться, а, тем более, снижать не получается. Вирастоп идет очень тяжело. В ночь с 25 на 26 апреля мы попали в реанимацию!

У Сережи был приступ, вернее сразу два наложились друг на друга – астматический и эпилептический (такого у нас еще ни разу не было). Приступ выглядел очень нехарактерно: при астме идет шипящее, свистящее дыхание, а Сережа просто не мог дышать – у него были резкие частые неглубокие вдохи (похоже на начало икоты) и почти не было выдоха.

*Снять ингалятором самой это мне не удалось. В таком полуобморочном состоянии нас повезли в больницу. Там нам помогли, и Сережа задышал сам.*

*А к вечеру у Сережа поднялась температура и пришлось подключать антибиотики. На сегодня состояние лучше, но еще не выздоровел. Мне хочется верить, что это Вирастоп вытаскивает вирусы, а не «мы подхватили больничную инфекцию», что было всегда, когда мы попадали в больницу.*

*Сейчас у нас все очень характерно для Сережи – отек носоглотки, прозрачные сопли по задней стенке, невозможность есть и пить (глотать). А ведь я уже успела отвыкнуть от таких тяжелых болезней (раньше-то каждый раз было такое).*

*Сейчас меня больше волнует не сама эта болезнь (хотя очень сильно захватила), а общее состояние Сережи. Я почти у всех читала, что на Вирастопе болят ноги, слабость, но: Сережа ослаб просто катастрофично!!!*

*Он не может делать ничего из того, что умел: ходить, сидеть на стуле, переворачиваться на живот, подниматься на колени, вставать, держась за стенку, вообще ничего (о занятиях даже речь не идет). Я не знаю, чем можно помочь ребенку. Остановить Вирастоп не получилось – на 18 капсулах мы остановились на неделю, так ему стало еще хуже: разъезжались ноги, падала на грудь (не держалась)] голова, тряслись руки. Я готова и дальше наращивать Вирастоп, но до скольких капсул? Я не вижу не только прогресса, но мы еще не вернулись к своему состоянию. Мне хочется верить, что я делаю благое дело, ведь эти вирусы сами бы никуда не делись, но я не могу с ними справиться. Читала, что некоторые подключали хелирование в середине курса вирастопа. Но я даже не знаю, могу ли я при таком состоянии ребенка начинать еще и хелирование. Обычно у меня получалось посмотреть на свою ситуацию трезво, со стороны, но не сейчас»*

*Что тут посоветуешь? Мама спрашивает о хелировании, но ведь*

хелирование тоже нагрузка для организма и тут никто не может взять на себя ответственность и сказать: «Да, отличная идея, начинайте прямо сейчас».

Поэтому мне хочется уже, наверно, в сотый раз дать совет **НЕ СПЕШИТЬ** и делать биокоррекцию поэтапно, так, как рассказывается в этой книге.

А вообще родителям никогда не стоит забывать тот факт, что без хелирования, пока тяжелые металлы остаются в организме, иммунной системе невозможно восстановиться и начать работать самостоятельно, даже с помощником в виде Вирастапа, тем более что в данной ситуации он скорее не помощник, а мучитель и провокатор. Он будит инфекцию, а сил на то чтобы противостоять ей, у организма нет. Получается эффект разбуженного пчелиного улья, когда разозленные насекомые с легкостью могут убить того, кто по неосторожности помешал их жизни.

Поэтому я призываю всех родителей подходить к такой терапии осторожно. Из противовирусных БАДов сперва надо выбрать наиболее безопасные, подходящие для общей поддержки иммунной системы, например такие, как экстракт оливкового листа и лаурицидин. Первый неплохое, но достаточно безопасное противовирусное средство, а второй – хороший иммуномодулятор.

И уже только после начала и проведения не менее 10-15 раундов хелирования, можно начинать протокол небольших доз Вирастапа, где количество не должно превышать 10-12 капсул, как и было рекомендовано ранее.

Протокол Вирастапа я советую проводить три месяца один раз в год и не вводить большие дозы Вирастапа детям до 6 лет и весом менее 20-22 кг.

Учтите опыт мам, которые помогли мне сделать такой вывод! И я еще раз благодарю всех, кто пишет на форуме, потому что опыт этот бесценен и дает возможность и вам, и всем остальным помочь детям



самым безопасным и легким способом. К сожалению, мы первопроходцы, у нас нет книжки с ответами, и мы ищем их сейчас, чтобы помочь всем.

## **Лечит ли гипербарическая оксигенация (ГБО) аутизм?**

Само название баротерапия происходит от греч. baros - тяжесть, и терапия – то есть лечебное воздействие на организм повышенным или пониженным атмосферным давлением. Баротерапия осуществляется специальными аппаратами или проводится в барокамерах, которые позволяют регулировать атмосферное давление.

Основным принципом баротерапии является гипербарическая оксигенация (ГБО) – лечебное и профилактическое применение кислорода под давлением, превышающим атмосферное. В камере поднимается атмосферное давление и воздух обогащается кислородом. АТ (атмосферное давление) повышается от 1.1 до 2.0 атмосфер. Как известно, под давлением газы лучше растворяются в жидкостях, и в условиях барокамеры кислород, растворяясь в плазме и межтканевой жидкости, попадает в органы и ткани, куда при разных патологиях практически он не поступает или поступает в недостаточном количестве. Таким образом удастся ликвидировать кислородное голодание в больном органе, восстановить его функцию и сопротивляемость к болезнетворным факторам. Кроме того, согласно современным представлениям кислород под повышенным давлением выступает в качестве общего адаптогена, повышающего сопротивляемость организма к различным стрессовым воздействиям.

Гипербарическая оксигенация давно используется для лечения кессонной болезни, возникающей при слишком быстром подъеме из глубины ныряльщиков и водолазов, а также отравления угарным газом. Но в Советском Союзе для ГБО было найдено более широкое

применение. В 70-х годах практически все городские больницы были оснащены барокамерами, поскольку помимо лечения кессонной болезни, ГБО оказывает целый ряд эффектов, благоприятно влияющих на состояние больного: противоотечное действие; противовоспалительное действие; ускоряет течение раневого процесса, способствует разрастанию сосудистых капилляров и восстанавливает сниженный кровоток в органах и тканях. ГБО нормализует синтез коллагена, ускоряет образование костной мозоли, ликвидирует явления остеопороза и улучшает работу митохондрий – этих силовых станций организма, отвечающих за обмен энергией.

Применение баротерапии повышает эффект коэнзима CoQ10 при его приеме. Наличие этого коэнзима в митохондриях является необходимым условием запуска процесса «выпечки» энергетических кирпичиков для нашей печки в организме. Коэнзим Q10 усиливает действие других ферментов и обладает антиоксидантным действием. Таким образом, процесс работы митохондрий, который поврежден практически у всех детей, страдающих аутизмом, получает толчок в развитии и улучшается.

Нельзя не отметить еще одно важное преимущество применения метода ГБО – этот метод позволяет свести к минимуму применение лекарственных средств и усиливает действие всех принимаемых препаратов.

Механизм действия ГБО заключается в реакции специфических барорецепторов, находящихся в коже и слизистых оболочках, на изменение атмосферного давления. При повышении внешнего давления (в условиях компрессионной барокамеры) из крови вытесняются растворенные в ней газы, в том числе токсичные для организма.

Использование баротерапии позволяет улучшить проникновение кислорода из легких в кровеносные сосуды, добиться стопроцентного насыщения гемоглобина кислородом, резко увеличить количество

кислорода, растворенного в плазме крови и других жидких средах организма. Однако механизм лечебного действия гипербарической оксигенации не ограничивается восполнением недостатка кислорода в организме. Под влиянием гипербарического кислорода в организме нормализуется энергетический баланс и регулируется функциональная и метаболическая активность клетки, что обеспечивает поддержание функции органов в допустимых пределах и повышение устойчивости организма в ответ на экстремальные воздействия. После курса лечения в барокамере организм расходует энергию значительно более экономно. Кроме того, активируются биоэнергетические и восстановительные процессы, предупреждается образование токсических метаболитов и активируется их разрушение, нормализуется и стимулируется активность иммунной системы.

Многие болезни успешно лечат с применением баротерапии, насыщая клетки кислородом и восстанавливая тканевое дыхание. Применяя метод ГБО (отдельно или в комплексе с другими методами), удалось добиться хороших результатов в лечении многих заболеваний, существенно сократить сроки выздоровления, помочь ослабленному организму справиться с последствиями болезни, а также улучшить качество жизни у больных с рядом тяжелых хронических заболеваний.

Но неожиданно для врачей баротерапия оказалась «золотым ключиком», который открыл двери в царство успешной реабилитации детей.

Щадящий режим баротерапии с подачей кислорода под небольшим давлением позволяет восстановить работу пострадавших клеток мозга, прервать цепочку патологических изменений в ЦНС, остановив так называемый воспалительный синдром, нормализовать микроциркуляцию крови в сосудах мозга и других органов. После сеанса баротерапии, получив возможность «дышать», клетки мозга обретают удивительную работоспособность. Ускоряется интеллектуальное развитие, возрастают физические возможности

ребенка. Логопеды и педагоги, занимающиеся с больными детьми, после сеансов баротерапии отмечают значительное улучшение интеллектуальных и речевых возможностей, улучшение памяти и скорости ассоциативного мышления, существенное улучшение мелкой моторики рук.

При этом уменьшается спастичность пострадавших мышц, они становятся более пластичными, способными расслабляться. Необходимые лекарства на фоне баротерапии лучше усваиваются и гораздо более эффективны даже в малых дозах и при меньшей длительности их приема.

Баротерапия оказалась мощным катализатором восстановления нервных клеток и улучшения психомоторного развития у детей, больных ДЦП.

В последнем исследовании в 2009 году, выполненном в шести центрах в США, 62 ребенка в возрасте от двух до семи лет с диагнозом аутизм получали 40 часов баротерапии при давлении 1.3 АТ, которых сравнивали с контрольной группой детей в герметичной комнате с нормальным давлением (1.03 АТ).

Дети, которые получили баротерапию, показали существенные улучшения общего функционирования, речи, социального взаимодействия, зрительного контакта, познавательных способностей. 30 % детей в группе, получавшей ГБО, были оценены докторами как «заметно улучшились», или «очень улучшились», а в контрольной группе таких успехов добились только 8 %. При этом общее улучшение наступило у 80 % детей в группе с ГБО и только у 38 % в контрольной группе.

Между тем врачи не видят пока рационального объяснения эффективности этой терапии. Возможным объяснением может быть поступление большего количества кислорода к головному мозгу больных. Ведь только в барокамере удастся добиться 100 % насыщения гемоглобина кислородом, резко увеличить количество кислорода,

растворенного в плазме крови и других жидких средах организма. Однако механизм лечебного действия гипербарической оксигенации не ограничивается восполнением недостатка кислорода в организме. Под влиянием гипербарического кислорода в организме нормализуется энергетический баланс и регулируется функциональная и метаболическая активность клетки, что способствует поддержанию функции органов в допустимых пределах.

Интерес к этому методу очень велик, и ученые из Флориды тоже провели первое контролируемое исследование этого метода лечения и, хотя исследование было небольшим, результаты его несколько прояснили ситуацию. Эти изменения были наиболее выражены у детей старше пяти лет и детей с аутизмом средней тяжести.

«Пока рано говорить о методе излечения аутизма, но если с помощью гипербарической оксигенации можно улучшить контакт с ребенком настолько, чтобы он понимал, что нельзя бросаться к едущей машине, или сделать спокойнее его сон, — это уже можно считать достижением», — говорит автор исследования доктор Даниель Россигналь из Международного центра развития ребенка в Мельбурне (США).

Кроме улучшений в этой группе были и побочные эффекты, такие как кровоизлияние в барабанную перепонку и клаустрофобия. Я думаю, что к этому привело чрезмерное количество процедур, 40 ч/мес. Детям делали баротерапию два раза в день по часу. Я слышала от других родителей, что самым страшным побочным эффектом могут быть судороги, но в большинстве случаев это связано с отравлением организма, когда родители не держат диеты и не применяют биомедкоррекции.

Чтобы лечить своих детей самостоятельно, некоторые родители в Америке приобретают домашние барокамеры (они называются мягкими и представляют собой специально оборудованные палатки, которые выдерживают давление до 1.3 АТ и кислород там поступает

через маску, а не в камеру). По оценкам специалистов сегодня в США лечение гипербарической оксигенацией получают 10 % детей с аутизмом.

Я знаю многих родителей в России и других странах, которые начали использовать баротерапию и достигли очень хороших результатов. Вот отчеты нескольких мам:

*«Хочу поделиться небольшими результатами наших «полетов» в барокамере. Хочется кричать «Ура!» Мы разговариваем. Ну, то есть беседуем! Словами! Расскажу по порядку.*

*Прошли на сегодня тринадцать сеансов (еще пять осталось по моему плану), при 1.5 АТ, 60 полных минут. Самой тяжелой проблемой оказалась разрастание кандиды, которая, как оказывается, растет ОТ ВСЕГО. Чем только эту заразу я не била - не могла понять, почему не перестаем скакать и похохатывать, еще и ягодички покраснели... А ларчик просто открывался – кислород подрастил кандиду. Из всех доступных препаратов помогло сочетание на голодный желудок Пептизида и через час Аллемакса. Это трудности.*

*А это радости (ну, конечно, сквозь пелену слез): лежу я вчера утром еще в постели, прибегает ко мне сынуля и начинает ластиться, в глаза заглядывать и говорит: «Я тебя ублю». Я отвечаю: «Я тоже тебя люблю» Он: «Кабаса!» Я: «Нет». Он: «Я тебя ублю. Кабаса!» Я: «Колбасу нельзя. Иди к папе». Он шмыг с кровати и несется на кухню к папе, который завтракает бутерами с колбасой.*

*Это одна из бесед, но в течение последних трех дней у нас с ним их много.*

*Ладно бы дома – вроде можно списать на комфортное окружение, в котором аутист себя может раскрывать. Но вот закавыка: съездили в Центр специального обучения на занятия, мне специалисты свою первичную диагностику выложили: проблемы у ребенка видим такие-то, планируем заниматься тем-то и тем-то... Когда мне логопед стала*

*объяснять, какие звуки Мите надо корректировать, я только слезу смахнула: полгода назад логопеды от нас просто отмахивались, мол, не их мы клиенты — речи нет и корректировать нечего.*

*В четверг выходят после рисования с моим Митькой и показывают его творчества... Закрашенные фигуры (самим Димкой), пальчиковые рисунки (естественно, не без помощи), это при том, что раньше мы воду просто красили в стакане и тупо возюкали по бумаге хаотично мелкими или кистями.*

*Конечно, это эффект не только одной барокамеры — у нас уже девятнадцатый раунд хелирования, больше года диеты и натуропатии и, противовирусный протокол, три месяца митококтейля...»*

А вот другой рассказ:

*«Детям (близнецам) по пять лет, три месяца проведена баротерапия — семь сеансов по 30 минут при давлении 1.2 АХ 100 % кислород, в областной детской больнице.*

*На большее время и давление врач не соглашается пока.*

*Дети лежат в камере самостоятельно, одни, по очереди.*

*Прошло четыре сеанса. Хочу написать об изменениях сейчас, а то забуду.*

*Алеша — появилась игра, играет с игрушками в ролевые игры, пусть в простые игры, но играет. Отыгрывает сюжеты из мультиков, сам придумывает, переносит действия с себя на игрушки. Например, кормит, поит Микки Мауса, спускает его по лестнице, «прыгает» его на батуте. Тут у него Микки Маус упал с лестницы, а Алешка засмеялся. Я говорю: «Алеша, пожалей Микки Мауса. У кошки боли, у собаки боли — у Микки Мауса заживи». Так он стал осматривать мышонка, искать, где у него раны и ушибы, мол, за что его жалеть-то. Лечит своих зверей, делает им уколы и слушает сердце стетоскопом.*

*Лучше понимание речи и выполнение инструкции, больше составляет предложений. Самое любимое — это вопрос «Где?»*

*Увеличился активный словарный запас.*

*Стал больше обращать внимания на окружающее – услышит карканье ворон – останавливается и слушает, смотрит на снежинки, елочки, кусты. При поездке в автобусе активно смотрит в окно, готовится заранее на выход. Сегодня на улице прошел мимо дедушки с бородой, вернулся назад и заглянул ему в лицо.*

*В речи появились зачатки диалога, не просто на уровне – да, нет, а со словами. Активно хитрит. Если что вкусное есть - то это Алеша, а если суп или на горшок идти – то брата отправляет.*

*Один раз играли с девочкой на улице, лепили вместе куличи, она насыпала снег в ведро, Алеша переворачивал, кричал: «Пирожок», – и топтал его.*

*Понимает образы: например, на пирамидку может сказать «высокая гора» и разыграть сценку с горой, на тигра сегодня сказал «котенок» и спел песенку про котенка.*

*Мне кажется, уменьшается расторможенность.*

*Появился указательный жест, уверенный такой.*

*Егор - про него пока трудно что-либо сказать, но процесс явно пошел. Больше реагирует на речь, пару раз повернулся на имя и посмотрел мне при этом в лицо, в жизни, не на занятиях.*

*Пытается читать слова, начинает с первой буквы и смотрит на меня, чтобы я продолжила.*

*Егор рассказывал стихотворение, а в нужном месте я пела, так он перед этим местом останавливался и ждал, когда я запою.*

*Также активнее употребляет свой накопленный словарный запас, к сожалению, очень маленький.*

*Да, хочу написать для новичков, все эти изменения не просто так с потолка упали, работа над этим велась много месяцев, но без особого успеха. А вот на фоне баротерапии – заработало.*

*Это третья терапия, которая оказалась для нас эффективной, первой была диета, второй – противокандидный протокол. А через три месяца*



*после баротерапии Егор заговорил! Пока это отдельные слова, говорит о том, что он хочет, но это начало».*

По данным ДАН! доктора Джеймса Ньюбрандера – автора протокола инъекций витамина метилкобаламина В12 и протокола лечения детей аутистов в барокамере, более 80 % родителей, проводивших баротерапию детям разных возрастов, говорят о значительных улучшениях речи у детей, развитию социальных навыков и ролевых игр.

По протоколу доктора Ньюбрандера надо, чтобы было выдержано время сеанса 1 час, а давление от 1.3 АТ до 1.8 АТ, и за год провести не менее 100 часов. При этом доктор Ньюбрандер считает, что не играет роли, делали терапию в жесткой или мягкой камере, но зачастую родители говорят, что мягкие барокамеры дают значительно меньший эффект.

Для тех, кто живет в России, делать баротерапию вообще не проблема. Практически в каждой крупной больнице в любом среднем городе есть кабинет ГБО и вы всегда можете купить там десять сеансов. В рекомендациях, которые я встречала от русских врачей, достаточно десяти часов с повтором лечения через семь-шесть месяцев или двадцати часов раз в год.

Мы делаем по двадцать часов в год и очень довольны результатами.

Мои рекомендации – не превышать пятнадцать часов и повторять терапию через три – четыре месяца, как оптимальный вариант.

ДАН! врачи советуют провести в общем не менее двухсот часов баротерапии.

Однако баротерапия не панацея, хотя она имеет огромный потенциал, чтобы стать мощным дополнением ко всем другим терапиям, которые вы используете.

## Мой опыт применения антивирусной и баротерапии

Я не могу сказать, что какая-то одна терапия дала нам прорыв, так сказать просто нельзя. Я старалась вести все мероприятия по биокоррекции в комплексе. Каждая терапия была важна и решала определенные проблемы. Долгое время эти положительные изменения были мало заметны и больше отражались в улучшении стула, физического состояния, поведения и понимания. Я все время была в напряжении, чтобы успеть до шести лет, которые в своей книге МакКандлесс определила как рубеж, при котором возможно полное восстановление ребенка. Я никогда не хотела думать или представлять себе просто улучшения, я боролась только за полное восстановление. Аурель было уже четыре с половиной года, поезд тронулся, но все было еще шатко, а главное – речь не развивалась с такой скоростью, чтобы стать речью. Все еще это были отдельные слова, но они всегда говорились к месту и правильно. Аурель проговаривала их очень чисто, но никогда не было диалога. Так уж случилось, что мелкие и незаметные изменения накапливались и дали прорыв как раз после ввода добавок по борьбе с вирусами и после применения баротерапии, хотя я еще раз подчеркиваю, что на этот момент я провела уже более десяти раундов хелирования.

Первый раз я сделала не полный курс антивирусного препарата Вирастоп с октября по декабрь 2008 года. Поскольку Лаурисидин для поддержки иммунной системы я ввела в декабре 2007, то он шел у меня на постоянной основе.

Я наращивала дозу Вирастопа по 1/4 капсулы каждые два дня и на четырех капсулах на одной половине лица у Аурель появилась сыпь. Она появилась где-то через 30 минут после того, как утром девочка проглотила свои две капсулы. Сыпь была странной, непохожей на аллергию или герпес, очень яркой. Через несколько часов сыпь как-то поблекла и осталась только на небольшом участке щеки. Настроение у

Аурель испортилось, девочка стала истерична и плаксива. Я не меняла дневную дозу, так и продолжала давать четыре капсулы – две утром, две вечером. А через несколько дней Аурель стала как-то странно покашливать! Для меня это выглядело как стимы, это был не кашель, а именно перхание горлом. У меня было такое чувство, что это она делала нарочно, вызывая боль в горле, чтобы почувствовать себя и отвлечься. Такое могут устраивать аутичные дети, отвлекая и развлекая себя новыми ощущениями. Это выглядело именно стимулами, потому что как только Аурель была чем-либо занята, то все прекращалось. Но когда я стала анализировать ситуацию, то пришла к выводу, что это какое-то легкое воспаление.

Не было температуры, горло было чуть покрасневшим, общее состояние было как перед заболеванием. Я уже читала о хорошем антивирусном эффекте от OLE (экстракт оливкового листа) и ввела его. Стимы прошли за пару дней.

Надо сказать, на протяжении уже нескольких лет, что я веду форум, мамы часто пытаются объяснить разные рвоты, покашливания или произвольные мочеиспускания дурным характером, привычкой или, как я в то время, стимулами. Я рада, что тогда разобралась с этим вопросом, и сейчас я объясняю мамам, что если ребенок на диете, то надо искать другие причины.

Я хочу подчеркнуть, что дети с диагнозом отставание в развитии как раз и отличаются от нормальных детей именно своей невинностью. Им неведомы добро и зло, они наивны в своем поведении и делают все просто потому, что это естественно для них в данной ситуации, а вовсе не потому, что хотят намеренно быть плохими или намеренно позлить окружающих. Так вот, после того, как Аурель прошла почти полный курс антивирусной терапии, мы сразу поехали в Россию, чтобы провести баротерапию. Наступивший общий прогресс в развитии Аурель и зачатки коммуникации давали надежду, что дорога будет не такой тяжелой.

Мы летели через Москву и ночевали у друзей. Пребывания в незнакомом доме я уже не боялась, замороженную еду мы везли с собой, а для еды в самолете и по дороге у нас были сухарики, кексики и курица с картошкой. Опасалась я только аэропорта: огромное скопление людей, очереди на регистрацию и на посадку – вот это было самое тяжелое. Я тогда не знала, что можно получить медицинский документ, который дает право проходить без очереди через пропускные пункты. В нашем аэропорту мы были первыми на регистрацию, а после контроля как будто кто-то специально для нас оставил инвалидное кресло, в которое Аурель сразу плюхнулась. Мы без проблем дождались посадки в самолет. В аэропорту Копенгагена мы увидели специальные детские коляски и наше трехчасовое ожидание рейса тоже не показалось страшным. На посадку мы пришли самыми последними и полет в полтора часа прошел быстро.

На следующий день в Шереметьево я столкнулась с тем, что никто в России не понимал наши проблемы. Когда я говорила о них с персоналом, с доктором в аэропорту, все были удивлены и совершенно не понимали того, о чем я им говорю. Поскольку состояние Аурель было несоизмеримо лучше того, что было даже летом 2008, когда мы летали в Испанию, мне казалось, что все складывалось удачно, и я не настаивала на помощи персонала при посадке. Оставалось только сесть в самолет.

К сожалению, к самолету надо было ехать автобусом. Мы специально зашли последними, чтобы не толпиться среди людей и не ждать в автобусе. Все было замечательно.

Автобус остановился, двери открылись, сопровождающая вышла и прокричав: «Никому не выходить, ждать моего разрешения», - пошла к самолету. Двери оставались открытыми и в мгновение ока с криком: «Самолет!» – Аурель кинулась на взлетное поле и побежала за сопровождающей. Муж выскочил за Аурель, стал кричать: «Аурель, подожди». Это было бесполезно, Аурель мчалась, не оглядываясь! Зато

оглянулась сопровождающая: «Немедленно возьмите ребенка и вернитесь в автобус!» Но Аурель уже переклинило. Мух схватил ее, но поднять или повернуть в автобус было просто нереально. Аурель весила 20 кг, зима — она одета в комбинезон, который скользит, и ухватить ее невозможно. Аурель вырывается и орет. Злющая сопровождающая заорала не хуже Аурель, что вызовет милицию и ссадит нас с самолета. Я понимаю, что надо остановить сопровождающую и выскакиваю на поле с криком: «Ребенок аутист, не кричите, не пугайте ее!». Это вызывает прямо ярость. Дама хватается за рацию и орет: «Вызывайте милицию!» И тут на трапе появляется, видимо, ее начальник и вступает басом: «Что происходит?» Все смотрят на него, Аурель вырывается и добегает до трапа, дама пытается задержать Алика с криком: «Они без разрешения вышли из автобуса!», а я бегу к мужчине и кричу. «Ребенок аутист, он психически ненормален, он вас не понимает, сопровождающая не закрыла двери и мы не смогли девочку удержать! Мы летим из Швеции, мы просили помощи в вашем аэропорту, но нам ее не оказали!» Дама орет: «Вызывайте милицию!», — а Аурель и мой муж лезут по трапу, я машу в воздухе паспортами и посадочными талонами, а мужчина стоит, не предпринимая никаких действий. Картина страшная, пассажиры автобуса затаили дыхание. Тогда сопровождающая как-то оторопело взвизгивает «Так что же делать!». Ответ на ее вопрос превосходит все мои ожидания: «Пассажиров сажать!» — рявкает мужчина. Я бормочу: «Спасибо», — отдаю талоны и бегу в самолет по трапу за скрывающимися в самолете Аурель и мужем. У меня дрожат руки и ноги, я на грани истерики, но я безумно рада, что нас не ссадили, не вытаскивали несчастного ребенка из самолета и все так хорошо закончилось.

Я даже сегодня содрогаюсь от мысли, какой травмой для Аурель могла оказаться наша оплошность. Ведь Аурель никогда бы не поняла, почему эти люди не дали нам сесть в самолет, и это было бы для нее

диким стрессом.

Мы летали с Аурель уже много раз и были и в Германии, и в Испании, и в Дании, и в Швеции, и никогда обслуживающий персонал аэропорта не орал, не требовал от ребенка немедленного подчинения, а услышав, что ребенок аутист, все старались не делать резких движений и тем более не кричать. В немецком аэропорту полицейский дал Аурель свой жезл и показал кнопку, чтобы жезл включался и мигал, пока мы ждали наш багаж. Он сделал это потому, что Аурель лезла как раз туда, куда было запрещено, и полицейский пришел наводить порядок. Узнав в чем дело, помогал нам по мере своих возможностей.

Когда мы говорили обслуживающему персоналу о проблемах ребенка, я все время чувствовала их поддержку и видела желание помочь, облегчить наши трудности и в первый раз столкнулась с полным непониманием ситуации, а главное – агрессивной реакцией, и никто даже не поинтересовался тем, что у нас случилось. Сперва я была обижена и деморализована, а потом до меня дошло: так ведь это прекрасно, что они не знают об аутизме, это значит, что в России этот вопрос не стоит так остро и актуально, как в западных странах.

Когда мы добрались до места назначения, я уже с юмором описывала сестре произошедшее.

А на следующий день мы уже начали делать баротерапию, нам надо было спешить, ведь мы собирались получить процедуры общим объемом 20 часов.

Несмотря на то, что я и без того возлагала на баротерапию большие надежды, я была потрясена тем, как быстро пришел отклик. Летом Аурель научилась следить за своими ощущениями и ходить писать в туалет, но вот «большие дела» были только в штаны. Никакие тренировки не помогали, а туг после трех часов баротерапии она сама подошла и сказала, что ей надо писать. В туалете она не только пописала, но и «сходила по-большому» И с этого момента стала

пользоваться туалетом во всех случаях.

За две недели пребывания в России Аурель легко и свободно выучила многие русские слова, в том числе такие сложные для произношения, как «здравствуйте» и «до свидания». Она овладела языком так легко, как будто брала все из воздуха, это было потрясающе, ибо до сих пор на все шведские слова мы делали карточки и тренировали их на АВА.

Конечно, речи, соответствующей возрасту 4 лет 10 месяцев, у нес не появилось, но коммуникативная речь стала вестись на двух языках. И хотя речь эта была ограничена только выражением личных потребностей Аурель, это был прорыв, поскольку все это она выучила самостоятельно.

После десяти часов баротерапии Аурель стала инициировать игры с домашними: рассаживать, укладывать спать, целовать и объявлять кого-то любимым.

Она подметила сходство одного знакомого с капитаном корабля из своего мультика и стала называть его: «Каптен!» (шведск. «капитан») При этом она отлично осознавала, что это шутка и игра.

Она стала играть со своими любимыми игрушками, при этом подхватывала чужую инициативу, а не только вела свою линию. Она даже меняла персонажей ролями: так на цветок алоэ она посадила медвежонка, который в мультике был самым сильным в мире и всех спасал и, согласно ее игре, он стал звать кролика: «Помоги, кролик, помоги!» Конечно, она могла и не понимать, что он самый сильный в мире, но с ее наблюдательностью она не могла пропустить, что в мультфильме все наоборот.

Аурель стала совершенно четко выполнять простейшие команды - приносить вещи, выбрасывать мусор в ведро, и ее поведение стало более понятно нам!

Ее стало возможно остановить, когда она начинала прыгать на кровати, просто строго сказав: «Хватит, Аурель!»

Она стала заглядывать в глаза, заигрывая и кокетничая.

Впервые на мой призыв сфотографироваться она не только остановилась, но и заняла нужную позицию и смотрела в камеру. Раньше надо было сделать сотни кадров, чтобы поймать ее взгляд.

Ушло легкое, чуть заметное косоглазие.

Обратная дорога была легкой, и эксцессов не происходило, хотя 20 часов баротерапии — это приличная нагрузка. Разросшиеся дрожжи усилили гиперактивность, но мы быстро с этим справились.

В январе у Аурель день рождения. В предыдущие ее дни рождения, когда ей исполнилось три, потом четыре года, никаких праздников не было, ведь их было невозможно праздновать.

Диету мы начали в 2 года 9 месяцев. На этот момент Аурель не говорила, не реагировала на свое имя, смотрела мультики и прыгала по дивану. Год диеты мало изменил внешнюю сторону ее жизни: по-прежнему прыгала на диване, также не говорила, хотя появлялись слова, которые тут же пропадали. Мы даже не делали попыток, чтобы праздновать еще и день рождения. Все, что я помню о себе в эти годы, это то, что я была просто без сил, и настроение в этот день было скорее подавленное, чем праздничное.

Был вообще только один день рождения Аурель, который мы справляли радостно и с надеждами — когда ей исполнился год.

Тогда все были счастливы и дружны и все представлялось в розовом свете.

После возвращения из России надежды снова воскресли, мы решили отмечать день рождения Аурель в садике.

Пять лет! В пять лет нормальный ребенок ведет себя как маленький взрослый. Вот сын моих знакомых в это время пошел в школу и говорил на трех языках (шведский, русский, английский), и я помню, как он у нас в гостях писал заявление в полицию на нашем компьютере на своего одноклассника, который обижал его.

Хотя наши успехи были более чем скромные, Аурель встретила свой



первый день рождения, действительно понимая, что происходит.

Утром мы ей сказали, что едем в садик праздновать ее день рождения. Реакции не было. Одели в красивые новые одежды, взяли торт и – вперед. В садике нас ждали: украсили столовую воздушными шарами и серпантином, поставили разноцветные тарелки и стаканы.

Пока мы раздевались, пришла ее воспитательница и сказала: «Какая ты красавица, поздравляю с днем рождения, пошли есть торт!» И Аурель пошла, в радостном волнении ног под собой не чуя, это было видно и по ее лицу, и по движениям. Она села, куда ей показали, и смотрела, как рассаживались все дети и воспитатели. Мы стали зажигать свечи на торте. Кто-то из детей крикнул «Дуй!», хотя не все свечи были зажжены. Аурель и бровью не повела. Она дождалась, пока зажгли все пять свечей, и дуть стала только по нашей команде. Потом ей пели поздравительную, разрезали торт, и она подождала, пока раздали всем и сказала мне, стоявшей рядом, по-русски: «Мама, садись». Я села рядом и она начала есть. Потом принесли подарок. Алик сказал Аурель по-русски: «Скажи спасибо», – и добавил по-шведски: «Спасибо», – чтобы помочь. А она так тихо сказала по-шведски: «Не спасибо, а благодарю», хотя фонетически эти слова на шведском языке различаются только окончанием. Взяла подарок, сказала: «Пакет», – и стала его разворачивать. Там оказалось платье принцессы. Ей сразу же надели его поверх ее платья, и ее воспитательница позвала Аурель посмотреться в зеркало. А дети, кстати сказать, все проблемные в той или иной степени, к тому времени уже разбежались кто куда. Аурель пошла, посмотрелась в зеркало и тут же вернулась за стол! Она была за столом до тех пор, пока там были воспитатели и мы, и ушла только с последним человеком. Когда она отправилась побегать, то сняла платье принцессы и стала лазить, как обычно. Потом присела на скамеечку и словно про себя произнесла: «Праздник у Аурель», – и вздохнула. От ее вида, от этих тихих слов у меня сжалось сердце и защипало в глазах.

Почему такое тяжкое испытание выпало на долю нашего ребенка?

Дома было решено отпраздновать день рождения с родственниками. Сделали еще один торт. Аурель увидела его и стала просить кусочек, но ей сказали, что будет праздник, подарки и надо ждать. И она ЖДАЛА! Потом снова сели за стол, и зажигали свечи, и пели, и открывали пакеты, и на вопрос — сколько тебе теперь лет - она уверенно сказала: «ПЯТЬ!», хотя сказали ей это в садике, пару раз дома и ВСЕ! Это не тренировали на АВА как ответ на вопрос «Как тебя зовут?» или тот же «Сколько тебе лет?» каждый день по несколько раз.

Если сказать, что я была счастлива или горда нашими успехами, так это ничего не сказать! Я понимала, что все это благодаря и антивирусной и баротерапиям.

Это вдохновило меня. Но сделать еще курс я смогла только через год в марте 2009 года.

Антивирусная шла с Вирастопом, ОЛЕ и Лаурисидином. До 6 капсул Вирастопа в сутки мы добрались за две недели. Аурель не болела уже, как первый раз, но состояние ее было нестабильно. Она стала снова убегать от нас на улице, срывалась на истерики — впервые за много месяцев. Я хотела поднимать дозу быстрее, но испугалась. Так же, как и в отчетах других родителей, проводивших эту терапию, я увидела признаки дико разросшейся кандиды. Вокруг ануса образовалось покраснение, появились запоры, настроение скакало, поведение было непредсказуемым. И я была вынуждена усилить противокандидные препараты. В этот раз терапия шла три с половиной месяца и в течение месяца Аурель получала 12 капсул в день.

Такую запись я сделала уже в конце терапии:

«Давно я ничего о нас не писала, ну, во-первых, просто некогда, а во-вторых, как-то планка сама собой поднялась и то, что раньше рассматривалось как величайшее достижение, вдруг скукожилось до «ничего особенного». Я как-то совсем не успеваю бывать с Аурель на прогулке, все больше занимаюсь дома тренировками по АВА. А вот

вчера вышло так, что мой рабочий компьютер остался в машине, а Аурель с дедом выходили гулять, и я попросила сперва принести домой мой компьютер. Через 10-15 минут они вернулись, и я хотела уже начать работать, как услышала голос деда:

— Ну, пойдем, Аурель, пойдем гулять. Ну, не хочешь, давай останемся... Ну что ты куксишься...

И вдруг Аурелькин голос:

— Мама, пойдем, — и я вижу, что она из прихожей притопала ко мне.

Я сразу поняла, что она думала, что они идут взять меня с собой, а про машину она даже не задумалась. Тогда я отложила свою работу и пошла с ними. Это была чудесная прогулка я совершенно не узнавала прежнюю непредсказуемую Аурель!

Первое — прямо по курсу лужа! Во все времена раньше к луже бегом и шлеп, шлеп, в чем бы ни была одета, а если остановили, то плач в лучшем случае, а в худшем истерика. Тут она рванулась я за ней, взяла за руку и говорю: «Хорошие девочки не идут в лужу, ты же не в сапогах, а в туфельках», — и приготовилась к тому, что придется ее схватить и не пускать, а она так спокойно обошла лужу по кромке и мы пошли дальше.

Второе — качели! Раньше качалась безостановочно по сорок минут и снять без скандала было невозможно, даже зимой катались минут по пятнадцать, а сейчас прошла мимо. Я говорю: «Хочешь качели?», а она: «Нет», — и пошла к натянутому канату. Подошла и мне так по-деловому сумочку в руки сунула, проехала пару раз и говорит: «Сумку». И мы пошли дальше.

Три — нигде не задержались дольше нормального времени! Везде пытается залезть сама, раньше кричала и тянула руки, еще осенью говорила: «Помоги», — а теперь моторика и соображение значительно улучшились, и она стала разбираться, что и куда.

Четыре — кооперация, желание делать что-нибудь вместе! Мне в одном месте надоело, ветер там, и я захотела уйти, позвала и сказала:

«Пошли, мы побежим!» И сработало! Также она с удовольствием покачалась на качелях, где садятся двое друг напротив друга. Очень развеселилась совместной игре «побежали – стоп – пошли», когда я скомандовала: «Побежали», – и мы побежали, потом: «Стоп», – и мы замерли, потом: «Пошли», – и мы пошли, а когда я сказала: «Прыгаем», – то счастью не было предела.

Пять – раньше с прогулки надо было тащить на руках. Осенью надо было много раз повторить, что мы идем домой, но по дороге она все время старалась уйти куда-нибудь. А тут сказали, что мы идем домой... и пошли домой сразу и спокойно. Задержались один раз. Съехала с маленькой горки. Я говорю, это для маленьких детей и она отозвалась: «Бebис горка!»

Вот так спокойно и просто мы погуляли. Я шла и не верила нашему счастью. Когда я начала с восторгом говорить о моих наблюдениях, то муж начал рассказывать, что не все так уж хорошо, что вот месяц назад произошло вот такое, а еще неделю назад вот такое... И я поняла, что он уже к этому привык за эти три месяца и теперь ставит новые рубежи».

Три месяца терапии позади, но несмотря на значительные улучшения мне кажется, что развитие идет страшно медленно, до нормы пятилетнего ребенка нам еще так далеко, что ее не видно, но, главное, развитие идет.

Я все время расстраиваюсь, что делаю мало, что надо больше. Я вижу наши просчеты. Но вот сегодня у нас произошло новое событие!

Аурель смотрела своих Телепузиков, а поскольку она их знает чуть ли не наизусть, то одновременно она бегала и еще во что-то играла. Деда решил упорядочить это времяпрепровождение и сказал: «Аурель, давай я поставлю тебе про попугая Кешу». Раньше, если предложение не подходило, то реакция была истеричной: «НЕТ», – с криком и отрицательным взмахом руки, а сегодня с умильно-просящей интонацией: «Дорогой, Телепузики». Мы покатались со смеху –

Телепузики выиграли.

В июне к нам в гости приехала моя сестра с семьей. Аурель им очень обрадовалась, всех обнимала и целовала, повторяя их имена. Хотя она еще не понимает, как общаться, то просто периодически кричит моей сестре: «Люба!» Та отвечает ей: «Да, Аурель, иди сюда», – когда Аурель, счастливая, приходит, Люба гладит или целует ее.

Еще Аурель сама начала играть в доктора. Она берет стетоскоп, вставляет его себе в ушки и идет к нам, подходит ко всем по очереди, говорит вопросительно: «Больно?» – и начинает слушать. Потом берет одноразовый шприц и ставит уколы, улыбается, когда мы плачем, а потом дает кому-нибудь стетоскоп и говорит: «Твоя очередь». Тогда надо слушать ее. Все она придумала сама. Моя сестра аж вздохнула: «Покатило! Это первая ролевая игра!»

Хоть игра у нее и короткая, но это действительно ролевая игра.

За 2009 год я провела противовирусную терапию, хелировала, делала протокол по поддержке митохондрий и, конечно, в декабре снова мы поехали, чтобы получить еще 20 часов баротерапии.

Ровно через год после первой поездки, в декабре 2009 дорогу в Россию мы просто не заметили. Спокойно ходили, ждали своего времени. Смотрели, и хотя теперь у нас был документ, выданный нашим врачом о диагнозе ребенка и необходимости содействия, нам нигде не пришлось его предъявлять. В Шереметьево мы по ошибке прибыли на два часа раньше начала регистрации. Аурель стала там бегать, но все это легко регулировалось. Когда пошли в автобус, держали ее крепко за руку, чтобы не выскочила, но она теперь была занята тем, чтобы получить в автобусе место у окна и, когда он остановился, она осталась спокойно сидеть.

Что стало основным результатом после барокамеры в этот раз? Прежде всего, общее развитие ребенка, развитие речи и социального интерактивного поведения.

На этот раз трудно было выделить каких-либо АХ! моменты, но вот

мелкий пример: после поездки Аурель нашла дома свои варежки – красные с вышитой снежинкой и забрала их. Одеда и сказала: «Да, это хорошая идея, что Аурель будет дедом Морозом!» Таким образом, она не только связала минимальную часть одежды с образом деда Мороза, но и выразила свою мысль весьма четко и разумно.

За три-четыре месяца до отъезда на сессиях АВА мы начали тренировки рассказов о том, «что делали сегодня и вчера». Ни фото событий, ни вопросы, построенные как ответы, не помогали. В конце концов, Аурель запоминала ответ и говорила его, но в каждой новой ситуации все начиналось сначала. Тренировки пробуксовывали, так как на рассказ о произошедших событиях даже с помощью фотоподсказок и вопросов, построенных как ответы, затрачивалось от трех до пяти дней, и потому задавать вопрос: «Что ты делала вчера?» – было просто бессмысленно.

После второй недели баротерапии (14 часов) это пришло к ней само. Она стала отвечать на вопросы, которые ей задавали по телефону. И хотя она не давала развернутого ответа, но он соответствовал действительности данного дня или самого яркого ближайшего события.

Кроме того, появилось планирование следующего дня, когда перед сном она сама, по собственной инициативе, озвучивала свои планы на завтра типа: «Мы пойдем в театр, в парк с аттракционами, или гулять».

Через две недели Аурель перешла на русский язык – при этом практически ушел акцент. Она сама могла перевести фразы с одного языка на другой, и сама учила новые конструкции русской речи. Так, например, она провела параллель между обращением – деда, бабушка и дедуля. Могла позвать: «Дедушки!» – и это относилось к двум людям! Она сама образовала уменьшительное «мамуля», но оно ей не понравилось, и она мне сказала: «Ты – мама!»

Конструкции русского языка были в ее речи грамотны, и глаголы соответствовали правильному времени.

Речь по-русски и шведски была вежливой и культурной. Она

говорила на двух языках «спасибо» и освоила русское «пожалуйста» — хотя такого понятия нет в шведском, где просят, употребляя конструкцию «будь добр».

Уже несколько лет у Аурель развивался кожный контагиозный моллюск, и мы не рисковали сделать с ним что-либо, но в этот приезд в Россию мы удалили его в амбулаторных условиях диагностического центра.

У Аурель уже было около девяти образований на руке, колене, животе, боку и спине. В качестве обезболивания я применила мазь Эмла. Но хирург нашла еще два образования, одно из которых было в подмышечной впадине, и удалила их без обезболивания.

Во время этих операций Аурель, конечно, плакала, но не вырывалась и не брыкалась. Она кричала по-шведски: «Я истекаю кровью!» Я даже не предполагала, что она может ТАК выразить свою мысль! После операции, которая длилась около двадцати минут, она, всхлипывая, сказала врачу: «Спасибо, милый доктор». Она понимала, что это лечение!

Кроме ежедневных походов на баротерапию мы посетили кукольный театр, цирк, краевой драматический театр, филармонию. Аурель с удовольствием смотрела представления и участвовала в праздниках у елки. На ней был костюм принцессы — эльфы и в филармонии ее взяли с другими костюмированными детьми в центр круга. Там она танцевала утиную полечку с артисткой театра, легко и весело подражая ее движениям! Потом она подбежала к своему любимому герою Лунтику (тоже артист театра) и танцевала с ним.

Мы заказали на дом визит деда Мороза и Снегурочки, Аурель начала ждать их еще за день до прихода и вскакивала при любом звонке в дверь с криком: «Это дед Мороз!»

Когда дед Мороз и Снегурочка прибыли, она, хоть и опасалась их немного, но была настроена весьма дружелюбно! Практически не понимая инструкций, которые излагались в стихотворной форме, она

участвовала в предложенной игре и сперва была котенком и убегала от того, кто был собакой, а потом была собакой сама и ловила других.

Она считала для деда Мороза и по-русски, и по-шведски, рассказала стихотворение, когда ее попросили. И до сих пор перечисляет подарки от деда Мороза.

В парке аттракционов Аурель увидела других деда Мороза и Снегурочку и сразу устремилась туда. Дети рассказывали там стихи в микрофон, она тоже подождала своей очереди, взяла микрофон, и на весь парк разнеслись ее стихи на шведском языке.

Правда, она еще не умела поддержать общение, ответить на вопросы или сама задать их, но даже то, что происходило, казалось нам невероятным.

Барокамеру Аурель воспринимала как игру в подводную лодку и с удовольствием шла туда каждый день. Она гладила аппарат и говорила: «Какая красивая подлодка», – и после сеанса обязательное: «Спасибо, доктор!» По окончании баротерапии наш доктор сказал, что ни разу не видел такой позитивный настрой и такого органичного ребенка.

Один раз Аурель, сидя в барокамере, хотела мне сказать что-то, но я ее не слышала, так как трубка связи была занята – передавала звук мультиков, тогда она жестом показала, что хочет поговорить по телефону! Красноречивее показать было трудно! Никто не учил ее этому жесту, она догадалась сама!

Я понимаю, что все эти достижения у ребенка почти шести лет, может быть, звучат не очень впечатляюще, но если вспомнить о ее диагнозе и прогнозе – не говорящий, не контактный, не понимающий действительности человек, то все выглядит иначе.

Я не собираюсь на этом закончить лечение и планирую проделать еще как минимум сто часов баротерапии.

В марте 2010 я провела с Аурель еще одну противовирусную терапию. До начала терапии Аурель уже разговаривала как ребенок трех с



половиной лет. Но если приглядеться, речь все еще была очень бедна. Но через пару месяцев после начала терапии стали очевидны улучшения в развитии речи. Аурель стала пытаться ответить более развернуто на вопрос, что было там, где она была. Но главное при этом, что она пыталась рассказать и донести, что такого интересного она сделала, даже если ее не спросили!

Наш консультант и психолог довольна развитием событий и говорит, что более чем за двадцать лет ее работы она не видела таких вот восстановлений детей с исходным диагнозом тяжелый аутизм. Она не интересуется ни диетой, ни биокоррекцией, поскольку это не признается официальной медициной, но ей приятно работать с ребенком, который, занимаясь по ее программе, показывает вот такой результат.

Мой последний пятнадцатиминутный фильм об Аурель, охватывающий период от двух до шести лет, наша консультант показала во многих местах. В частности в Швеции, где политики хотели ознакомиться с результатами по программе АВА, чтобы выделить деньги и охватить больше детей. Эта программа в Швеции бесплатна и субсидируется государством. Фильм был показан и другим терапевтам и психологам, а также студентам университета.

Кроме того, фильм показали австрийским представителям из университета, который первым в Австрии собирается открыть курс для психологов, которые будут вести АВА в Австрии.

Дело в том, что в 60-х годах многие страны не поверили в систему АВА-тренировок и не стали внедрять их, но время показало ошибочность такого решения и некоторые страны хотят наверстать упущенное. Наш психолог участвует в программе по пропаганде и внедрению такого образования в европейских странах. Даже японские психологи приезжали в Швецию, чтобы посмотреть, как организованы спецсады и как идут тренировки.

Кроме того, наш психолог, когда Аурель было пять лет, была уверена,

что, несмотря на отставание в развитии, особенно в речи, Аурель должна идти в нормальную школу.

Осенью 2010 года мы начали обучение в школе для нормальных детей. Да, конечно, чтобы находиться там, ей пока нужен ассистент, потому что бывает много социальных ситуаций, в которых Аурель все еще нужна помощь, а дети не могут делать ей скидку. Они вообще не знают, что у Аурель были и есть какие-то проблемы! Аурель работает и играет со всеми вместе, учиться дисциплине в школе, и преподаватели считают, что проблем с ней гораздо меньше, чем с некоторыми другими детьми.

## Влияние надпочечников на состояние иммунной системы

*Автор Галина Краевая*

Проблемой ослабленных надпочечников я заинтересовалась во время изучения форума «Аутизм-Меркури». Тема надпочечников мелькала в сообщениях форума уже довольно долгое время, но до меня как-то не доходило, что это может быть так важно. Мне казалось, что это слишком сложный медицинский вопрос, и я проходила мимо. И только в 2008 году я вдруг осознала, что в сообщениях о слабости надпочечников постоянно упоминались симптомы, которые начали сильно тревожить лично меня в то время. Я решила взяться за статью, которую очень настоятельно рекомендовали на форуме. Статья оказалась написана простым человеческим языком и открыла мне глаза на многие вещи. Я поняла, что ряд проблем со здоровьем, которые накапливались в последнее время, был связан именно с этим. Вялость и апатия, замедленная реакция и сложность в принятии решений, нарастающая неспособность переносить физическую нагрузку на фоне регулярного посещения спортзала – все это приняло

совсем другую окраску. Все кусочки мозаики очень точно уложились в одну картину – ослабленные надпочечники.

Я не стану в этой главе сильно углубляться в медицинскую сторону вопроса, если вы задумались над этой темой, лучше прочитайте сами ту статью, которая помогла мне—ее можно найти в переводе на русский язык на нашем сайте [www.autism-biomed.narod.ru](http://www.autism-biomed.narod.ru).

Здесь же достаточно сказать, что надпочечные железы - это стрессовые железы, обеспечивающие резерв организма для того, чтобы без проблем пережить стрессовую ситуацию. Причем стресс здесь надо понимать в более широком смысле, это не только бытовой или моральный стресс, а еще и любая нагрузка на организм - физическая работа, недосыпание, болезнь, длительная инфекция, интоксикация, потому что все это является стрессом для организма.

Кроме того, надпочечники вырабатывают гормоны, которые управляют всеми основными физиологическими процессами нашего организма. Сюда входит утилизация углеводов и жиров, конверсия жиров и протеинов в энергию, регуляция сахара в крови, работа ЖКТ и сердечнососудистой системы, защитная активность противовоспалительных и антиоксидантных гормонов.

Причем состояние иммунной системы может быть на прямую связано как с состоянием всей эндокринной системы, так и надпочечников, которые могут быть ослаблены при ртутном отравлении организма.

Что же это такое – ослабление надпочечников, или гипоадрения? С точки зрения официальной медицины, особенно западной, такой проблемы не существует. Хорошо известна только крайняя форма недостаточности надпочечников – болезнь Аддисона, когда надпочечники практически перестают вырабатывать необходимые гормоны, такие как кортизол, адреналин, альдостерон. Это состояние является угрожающим для жизни и пациенту прописывается

заместительная терапия гормонами-кортикостероидами, подобно терапии при снижении функции щитовидной железы. А вот случаи, когда надпочечники стали просто недостаточно эффективны, не рассматриваются, поскольку человек с такими надпочечниками не будет, строго говоря, больным человеком, требующим немедленной медицинской помощи. С точки зрения врачей он будет здоров, вот только качество жизни у такого человека будет очень низкое.

Если рассмотреть гипoadрению как явление, то это скорее набор признаков и симптомов. Люди со слабостью надпочечников выглядят и функционируют вполне нормально. У них нет очевидных признаков какого-либо заболевания, и все же они чувствуют себя не слишком хорошо и живут с ощущением болезни или ощущения «все в сером цвете». Они часто употребляют кофе, колу, сахар и другие стимулянты, чтобы начать день с утра и поддержать себя в течение дня. Эти люди могут казаться ленивыми или безучастными, или же потерявшими вкус к жизни и борьбе. Хотя на самом деле они вынуждены толкать себя намного упорнее, чем люди со здоровой функцией надпочечников, ибо они совершают титанические усилия для выполнения простейших каждодневных задач.

Часто у таких людей нарушается стабилизация уровня сахара в крови и развивается гипогликемия, а также может появиться тенденция к аллергиям, артриту и снижению иммунитета.

Состояние психического здоровья человека и его бодрое настроение очень сильно зависят от работы надпочечников. У людей с ослабленными надпочечниками наблюдается тенденция к повышенным страхам, тревоге и депрессии, могут возникать периоды неясности мышления и проблемы с концентрацией и памятью. Они зачастую менее толерантны и легче выходят из себя. Даже развитие бессонницы может быть вызвано недостатком гормонов, вырабатываемых надпочечниками.

Поскольку надпочечники — это резерв организма во время стресса,

то при их ослаблении человек теряет свой запас прочности и снижается его сопротивляемость болезням. Когда такой человек заболевает, то болеет он дольше, тяжелее и с большей вероятностью развития хронических заболеваний, чем если бы его надпочечники работали как следует.

Все, что я прочитала про гипoadрению, почти полностью описывало то, что я чувствовала у себя в то время. Мне было трудно заставить себя что-то сделать, я могла часами бесцельно сидеть у компьютера, не в силах заставить себя выйти даже в магазин. Я с трудом заставляла себя позвонить родным, а длительный разговор меня изрядно утомлял. Во время элементарной уборки мне приходилось пару раз пить кофе, потому что я чувствовала невероятную усталость. Я ходила в спортзал два-три раза в неделю, и, несмотря на это, я заметила, что моя способность к физической нагрузке снижается катастрофически. На беговой дорожке пульс стал просто улетать — чего не было раньше. Зимой я заболела каждый месяц на пару недель, причем каждый раз в итоге приходилось принимать антибиотики. Уроки вождения приводили меня в отчаяние. Я чувствовала, что не способна этому научиться. У меня не хватало концентрации, я элементарно могла даже не заметить красный свет.

Я была не способна быстро переключать внимание, поэтому одновременно переключать скорости, управлять машиной и наблюдать за дорогой оказывалось невыполнимой задачей. Я не могла быстро принимать решения и могла стоять на перекрестке бесконечно, мучаясь вопросом можно-нельзя, и, в конце концов, все равно выехать в неподходящий момент. Во время пробного экзамена по вождению я никак не могла справиться с паникой, хотя отлично понимала, что причин для этого нет, первый экзамен все равно проваливают практически все. Это был настоящий неконтролируемый приступ паники — ощущение до сих пор мне совершенно неведомое. Даже при выборе одежды я могла стоять часами, не в состоянии принять

решение.

Прочитав статью, я стала искать, можно ли помочь моему состоянию с помощью натуропатии. На англоязычных сайтах, посвященных альтернативной медицине, в то время уже появилось довольно много информации о функциональном ослаблении надпочечников и способах их поддержки натуральными средствами. Ввод рекомендуемых средств сотворил для меня чудо. Вернулись энергия и интерес к жизни. Еженедельная уборка из пытки стала тем, чем она и должна быть — несложным и не слишком утомительным занятием. Я перестала часто и тяжело болеть. Но самое главное — уроки вождения сразу пошли на лад, все стало само собой получаться, было даже трудно представить, что еще недавно я была не в состоянии одновременно переключать скорости и следить за дорогой. Скоро я легко и без всякой паники сдала тест.

Конечно, я не забыла присмотреться и к своему сыну. Еще задолго до этого я узнала, что у него проблема с надпочечниками по результатам теста волос. Но тогда эта тема мне казалась такой сложной, что я не представляла себе, как с ней справиться и потому я просто ее оставила. Теперь я смотрела на это с новым знанием, которым я бы хотела поделиться с вами.

Итак, какие же наиболее типичные проблемы могут возникать у детей с аутизмом и другими отклонениями в развитии из-за ослабления надпочечников? Их множество, но я остановлюсь лишь на некоторых характерных проблемах.

Поскольку надпочечники вовлечены в большинство видов аллергических реакций, то склонность к аллергиям, острая реакция на укусы насекомых и другие воспаления замечена у большей части наших детей.

Вырабатываемый надпочечниками кортизол — мощное противовоспалительное вещество. Эти его противовоспалительные свойства удерживают комариные укусы от превращения в огромные

щишки, глаза и бронхи от распухания в результате воздействия аллергенов, а мелкие царапины от воспалений. Воспаления и аллергии вообще идут рука об руку, и большинство аллергий вызывает воспалительный процесс. Часто аллерген является такой иголкой, которая ломает спину верблюда. Аллерген не вызвал бы таких неприятностей, если бы у человека была достаточная выработка противовоспалительных гормонов надпочечников.

Кортизол так же необходим для поддержки нормального баланса сахара (глюкозы) в крови. Если организм переживает стресс любого вида, то намного больше различных тканей и органов нуждаются в большем количестве глюкозы для выработки повышенного количества энергии. Падение уровня сахара в крови побуждает надпочечники вырабатывать больше кортизола. Выброс кортизола в кровь вызывает усиленную выработку глюкозы из жиров и протеинов. Если надпочечники ослаблены, этого не происходит и наступает состояние гипогликемии, от чего страдает в первую очередь мозг. Я наблюдала это постоянно у своего сына. Во время обеда или ужина он ел крайне плохо, но через час он снова просил есть, а если мы выходили гулять, то и через полчаса он мог захотеть есть. Практически каждые полчаса-час я была вынуждена его подкармливать какой-то углеводной пищей, чтобы обеспечить быстрое поступление глюкозы в кровь. Если же я не давала еды, то в течение десяти минут он становился неуправляем и просто переставал меня понимать.

Повышенная нервность, боязнь резких звуков, повышенная возбудимость, мнительность, снижение ясности мышления, и ухудшение памяти могут быть также из-за проблем с работой надпочечников. Вот, например, как описывали свои проблемы участники форума:

«Я могу не то чтобы на день, на неделю выпасть из обоймы... меня тряссти физически начинает, когда какие-то напряги - когда надо срочно что-то сделать по работе, принять решение... а взгляды прохожих - ой,

да они только на меня и смотрят да про меня и думают!

И сын мой тоже сверхбоязливый... и к стрессу никакой устойчивости. Я считаю, что именно стресс спровоцировал наше падение в бездну...»

«У меня бывает тошнота по утрам, тревожность, слабость, раздражительность, гипогликемия, я склонна к взрывам бешенства или истерии».

«У моего старшего сына Эрика часто туман в мозгу, например, он очень медленно реагирует, когда мы просим его сделать что-либо, или он забывает, что ему было сказано, в тот же момент. Он жаловался, что в школе его легко разозлить, он часто взрывается».

«Мне кажется, у моего сына то, что называется очень высокая тревожность. Он часто ходит взад и вперед, и требует поехать куда-нибудь в машине каждые два-три часа».

Оказалось, что даже боязнь яркого света может быть связана с надпочечниками. При хронической диспропорции натрия-калия, мышцы, управляющие сокращением зрачка, ослабевают, и у человека развивается парадоксальный зрачковый эффект — это неспособность глаз удерживать длительное время суженные зрачки при ярком свете. У людей с гипoadренией зрачки при ярком свете могут сначала сузиться, но через некоторое время могут начать флюктуировать (сжиматься и расширяться) или же просто опять беспомощно расширяются. И тогда, конечно, им трудно переносить солнечный свет.

Мой сын с двух лет никогда не выходил на улицу без кепки с козырьком. Даже если я забывала про кепку, он сам про нее вспоминал и требовал, в два-то года! Зрачки его глаз всегда были просто огромными, неудивительно, что глаза с такими зрачками будут чувствительны к свету.

Также важно обратить внимание на то, что при ослаблении надпочечников часто происходит усиленная потеря натрия из организма. При нехватке альдостерона, одного из гормонов надпочечников, нарушается поддержание баланса электролитов в



организме, начинает усиленно теряться натрий (попросту соль). Натрий необходим в клетках организма, чтобы удерживать воду. Таким образом, при потере натрия теряется и вода из клеток. В этой ситуации пить просто воду, без восстановления уровня натрия, бесполезно и приводит к ухудшению самочувствия, т.к. оставшийся натрий еще больше разбавляется водой. Только узнав про это, я поняла, почему мой сын до пяти лет категорически отказывался пить. С года и до трех лет это было просто трагедией — я ходила за ним по пятам и поила его с чайной ложечки или иногда из шприца, выпаивая таким образом за день около 100-150 мл жидкости. Это все. Он не пил ни компоты, ни соки, ничего. Как жаль, что я не знала этого раньше. Я пыталась подсластить воду, надеясь его привлечь сладким вкусом, а оказывается, надо было ее солить! Видимо, он инстинктивно чувствовал, что вода без восстановления соли ему нехорошо. Это же объясняло и его упорную тягу к соли, он мог лизать соль просто крупинками.

Надо сказать, что к тому времени, когда я выяснила всю эту информацию, сын был уже практически восстановлен, и большинство симптомов были уже в прошлом. Но ввод лакрицы (солодки), одной из добавок, рекомендуемых при ослабленных надпочечниках, оказалась для него очень полезна. В частности, сразу ушла проблема с ярким светом, он стал лучше пить, заметно улучшился аппетит и повысилась общая активность.

А вот что пишут другие участники форума про своих детей.

«Мы живем за счет Adrenal Cortex (экстракт коры надпочечников) — и я, и мой сын. Это, за исключением хелирования, самая важная добавка для моего сына. Он становится другим человеком — проблемы чувствительности намного лучше, уходит резкая чувствительность к некоторым звукам, больше нет проблем со стрижкой, с ветром в лицо, ярким светом, и т.п., нет истерик, уходит тревожность. Просто спокойный и довольный мальчик».

«Мой сын в шесть лет становился все более агрессивен и непослушен. Мы получали сообщения из школы о том, что он ударил кого-то и т.п. Я не люблю лекарства, поэтому я отвела его к натуропату, который посадил его на Drenatrophin (экстракт надпочечников) для поддержки надпочечников. Также ему были даны магний и САВА (Гамма-аминомасляная кислота – важнейший тормозной нейромедиатор центральной нервной системы человека и млекопитающих), кальций и витамины В. Все это очень помогло в борьбе с агрессивным поведением сына».

Убедившись на своем опыте и опыте моей семьи в том, насколько поддержка надпочечников важна, я решила перевести ту статью и поместила эту информацию на форуме.

За прошедший год мы убедились в том, что надпочечники действительно очень ослаблены у многих аутичных детей. И это неудивительно, ведь их организм находится под постоянным стрессом -стрессом от тяжелых металлов, от накопления токсинов из-за нарушений метаболизма и разрастания патогенных бактерий и дрожжей, из-за вирусной загрузки. Особое место здесь занимает ртутная загрузка, ведь ртуть аккумулируется в надпочечниках и нарушает их функцию.

Часто та же самая проблема оказывается не только у детей, но и их родителей. Нередко будущая мама очень тяжело переносит первую половину беременности, но, переходя в третий триместр беременности, неожиданно обнаруживает, что чувствует себя лучше, чем когда-либо за много лет. К этому времени надпочечники плода созревают до уровня, когда они могут производить гормоны. И если у матери было состояние гипoadрениии, надпочечники ребенка пытаются выработать достаточно гормонов для ребенка и матери. Мать чувствует себя замечательно. Надпочечники ребенка поддерживают ее. Но надпочечники ребенка оказываются под стрессом еще до рождения! Результат плачевный вдвойне. Младенец рождается в состоянии

истощенных надпочечников и зачастую проявляет признаки гипoadрениии с самого рождения.

К сожалению, и по сей день ДАН! доктора так и не уделяют достаточного внимания проблеме ослабления надпочечников. Поэтому диагностика этого нарушения лабораторными методами до сих пор практически недоступна. Как правило, врачи предлагают разовый тест крови на кортизол и АКТГ (адреноркортикотропный гормон). На самом деле тест на АКТГ вообще не показателен.

АКТГ – гормон, вырабатываемый гипофизом, являющийся одним из основных регуляторов синтеза кортизола в коре надпочечников. При повышенной потребности организма в кортизоле при стрессе повышается уровень АКТГ, что вызывает усиленную выработку кортизола. Поэтому врачи считают, что если АКТГ повышен, то это говорит о нехватке кортизола в организме. На самом деле это не всегда так. Например, при нарушениях гипофиза уровень АКТГ может не повыситься, даже если кортизола не хватает. Точечный же тест крови на кортизол выявляет только очень серьезную дисфункцию надпочечников, болезнь Аддисона. Если же мы говорим об ослаблении надпочечников, то зачастую основная проблема выражается не в том, что они не вырабатывают кортизол вообще или очень мало, а в том, что они не вырабатывают его дополнительное количество в нужный момент – момент стресса. Наверное, вы не раз сталкивались с ситуацией, когда одни дети на серьезном экзамене собираются и вспоминают зачастую то, что в обычной ситуации не вспомнили бы, а другие до экзамена, в спокойной обстановке знают все, а на экзамене теряются и все забывают. Это примеры правильной и неправильной реакции надпочечников на стресс. Так, в стрессовой ситуации нормально повышение уровня кортизола и усиление питания клеток глюкозой, что обеспечивает улучшение концентрации. У других детей надпочечники не справились с обработкой стресса, клеткам мозга не хватило глюкозы – и вот, полная потеря концентрации.

Еще одним из вариантов нарушения функции надпочечников является нарушение суточного ритма. В норме наибольшее количества кортизола вырабатывается утром, когда человек просыпается, затем в течение дня плавно и постепенно снижается, «стабилизируется в середине дня», и сильно снижается к вечеру, когда человек засыпает. При нарушении этого суточного ритма у человека может происходить нарушение сна из-за того, что к вечеру у него наблюдается повышение уровня кортизола вместо снижения. Зато утром такие люди не могут проснуться. Вспомните так называемых «сов»—таким людям имеет смысл подумать о состоянии своих надпочечников. Для выявления такого вида нарушения необходим двадцатичетырехчасовой тест слюны - когда образец слюны берется минимум четыре раза за сутки. Вот; например, как может выглядеть результат такого анализа:

«Я сделала двадцатичетырехчасовой тест слюны пару лет назад. Он показал слабость надпочечников — пилообразную картину уровня кортизола в течение дня (резко падал в 6 часов вечера и бросок вверх в 9 вечера—кошмар?). Это было через год после рождения моего сына, и мы еще тогда не знали ни об аутизме, ни о биомеде».

Итак, если невозможно сделать лабораторные тесты, как мы можем предположить, что у нас есть проблемы с надпочечниками? В большинстве случаев приходится обходиться наблюдением за симптомами. Что на самом деле не так уж и ненадежно, зачастую метод наблюдений оказывается гораздо вернее и эффективнее, чем множество анализов.

Для взрослых часто предлагают такой простой самотест:

- 1 Есть ли у вас трудности с засыпанием вечером?
- 2) Просыпаетесь ли ты часто по ночам?
- 3) Трудно ли вам просыпаться утром рано, чувствуете ли вы себе по утрам совсем не отдохнувшим после сна?
- 4) Беспокоит ли вас яркий свет больше, чем других людей?
- 5) Вздрагиваете ли вы слишком сильно при неожиданном звуке?

6) Испытываете ли вы головокружение при вставании из положения сидя или лежа?

7) Относите ли вы к вещам слишком серьезно, часто ли переходите в оборонительное состояние, ощущая, как будто все пытаются вас обидеть или посмеяться (повышенная мнительность)?

8) Чувствуете ли вы, что не можете справиться с какими-то событиями, не можете переносить каких-то людей?

Если вы ответили «Да» на любой из этих вопросов, вполне вероятно, что ваши надпочечники страдают.

Если у вас есть аппарат для измерения давления, можно проверить на наличие «постуральной гипотензии» следующим образом. Измерите давление в горизонтальном положении, полежав минут пять в расслабленном состоянии. Затем встаньте и немедленно снова измерьте его.

При нормальной функции надпочечников давление при вставании должно подняться, чтобы обеспечить подачу крови в мозг: Если при вставании кровяное давление оказалось ниже, следует подозревать снижение функции надпочечников. Такие люди и сами зачастую при резком вставании отмечают чувство головокружения. Степень падения давления при вставании часто пропорциональна степени гипoadрениии. Имеет смысл сделать такой тест утром и вечером, поскольку уровень функционирования надпочечников может быть почти нормальным в одно время дня и низким в другое.

Зрачковый тест в первую очередь тестирует ваш уровень альдостерона. Необходимо находиться в затемненной комнате с зеркалом. Посветите фонариком сбоку (не спереди) в направлении ваших зрачков в течение одной минуты. Внимательно наблюдайте за зрачками. При здоровых надпочечниках (при нормальном уровне альдостерона), ваши зрачки сузятся и останутся в таком состоянии все время эксперимента. При слабых надпочечниках, зрачки сначала

сужатся, но секунд через тридцать снова расширится или же будут пульсировать, как бы в попытках остаться суженными.

Вы можете очень простыми средствами избавить себя и членов своей семьи от многих неприятностей, если серьезно относитесь к тому, о чем я написала.

За последний год мой перевод статьи о надпочечниках стал наиболее читаемой информацией и благодаря ему на многих русских сайтах стали задумываться и обсуждать эти проблемы. Я очень рада, что такая важная информация находит своих читателей. В приложении вы можете найти добавки, которые рекомендуются для поддержки функции надпочечников — этих форпостов в организме, что поддерживают нас в любую сложную секунду помогая мозгу принять самое правильное решение как бы по наитию и инстинктивно и включить нас в борьбу за выживание.

## **Часть VI. Житейские истории**

### **Английский гастроэнтеролог Эндрю Уэйкфилд и коревая вакцина**

Уже когда книга была практически написана, мне попала на глаза короткая статья о том, что английского врача Эндрю Уэйкфилда, опубликовавшего статью о связи детского аутизма с вакцинацией MMR, осудили в Англии за нарушение этических норм и лишили его медицинской лицензии.

Так завершилась история, которая началась в 1998 году.

Когда я прочитала об этом, то подумала, что я обязана рассказать о ней в моей книге, поскольку каждый день новые мамы приходят на сайт и первая информация, которую они получают, касается как раз лечения ЖКТ и оно косвенно базируется на открытии британского

доктора Эндрю Уэйкфилда. Это имя производители вакцин хотели бы вообще забыть, но оно уже вошло в историю и вы можете прочитать о нем в Википедии на английском языке.

Его исследования касались поливакцины ККП (корь/краснуха/паротит), по-английски она называется MMR. В октябре 2011 года исполнится 25 лет с тех пор, как ее внедрили в массовую вакцинацию как безопасную и гарантирующую защиту ребенка от всех этих заболеваний.

Вакцина ККП (английская MMR) в 1986 году была использована в Канаде и имела название «Тривирикс», однако в 1988 году была отозвана в связи с выявлением множества неблагоприятных реакций детей на прививку. В 1992 году Япония, которая использовала эту вакцину с 1990 года, также отзывает ее. Британия же вводит у себя эту вакцину в 1990 году, но уже с 1992 года начинает использовать более чистую вакцину под названием MMR. Вакцину же «Тривирикс» в Британии продолжают производить, но только для поставки ее в страны третьего мира и, возможно, в Россию.

Когда дело касается прибыли, все средства хороши и все методы оправданы. Производители вакцин цинично признают возможность неблагоприятных последствий, но на практике признают вину только в тех случаях, если что-то происходит в течение 72 часов с момента ввода вакцины. Хронические заболевания, инвалидности и смерти, отсроченные на более долгий срок, с вакцинами связать уже невозможно.

Эндрю Уэйкфилд — врач и исследователь, работал в 90-х годах в Королевском госпитале Лондона и вместе со своими коллегами получил предложение об исследовании аутичных детей на предмет связи их заболеваний с вакциной MMR, чтобы иметь возможность оказать правовую поддержку родителям, которые пострадали от этой вакцины и их дети стали инвалидами. Этот заказ не был официальным, но к Уэйкфилду обратились, потому что он считался одним из самых

способных врачей с исследовательской жилкой.

Уэйкфилд проводил гастроскопию и брал на исследование биопсию из тканей подвздошной кишки. Дело в том, что в результате проведенных исследований у детей с диагнозом аутизм, он обнаружил воспаление подвздошной кишки у десяти детей из двенадцати.

Но самое главное было то, что в биопсии этих десяти ребятишек он обнаружил присутствие генома коревого вируса. Кроме того, в воспаленных тканях кишечника был штамм бактерий, который соответствовал штамму, использующемуся в вакцине.

В 1998 году Уэйкфилд опубликовывает работу об этом в журнале «Ланцетт». Как и следовало ожидать, это произвело на людей ошеломляющее впечатление! Выводы Уэйкфилда были крайне просты: он предложил просто разделить вакцину на три разных вакцины, но и это шло вразрез с планами производителей. Во-первых комбинированная вакцина уже произведена, во-вторых, производители выдвигали аргумент, что в этом случае дети должны будут посетить врача три раза и, наконец, выдвигали версию о том, что в таком случае возрастает риск инфекционных заболеваний. Хотя каждому известно, что, чем меньше ребенок, тем легче он переносит эти инфекции, а около 10 % детей вообще не реагируют на эти заболевания!

Первые несколько лет после публикации работы Уэйкфилда многие родители в Англии не хотели делать прививку MMR, а заодно и другие прививки.

Производители вакцины ополчились на врача и несмотря на то, что выводы, сделанные Эндрю Уэйкфилдом, были весьма лояльными к самому принципу вакцинации, он был вынужден не только оставить свое место в Королевском госпитале, но и покинуть Англию и переехать в США.

Итак, оказавшись в Соединенных Штатах, Уэйкфилд продолжал активно работать над своей теорией, и у него появилась масса сторонников.



Несмотря на многократные опровержения, «прививочная» гипотеза аутизма приобрела большую популярность как в США, так и в Европе. Особенно верят в это родители детей, страдающих аутизмом.

На нашем сайте был проведен опрос родителей по этому поводу, так вот – прививочная теория занимает там «почетное» первое место.

Был задан вопрос: «Как вы думаете, что стало причиной проблем у вашего ребенка?» 23 % ответивших выбрали ответ «я не знаю», 11 % – «он всегда был странный», 30 % – «прививка АКДС», 22 % – «прививка ККП», 14 % – «ничего из перечисленного». Родители, выбравшие ответ «Ничего из перечисленного», дали свои комментарии, и я приведу самые яркие из них:

«Я думаю, что началом наших проблем стала АКДС+гепатит В, но ККП (MMR) очень сильно добавила».

«Скорее всего, он имел генетическую предрасположенность, поскольку у меня явно есть особенные черты сверхчувствительности и папа наш гиперреактивную психику имеет, но на наш с ним интеллект это не повлияло плохим образом. Думаю, что мой сын, скорее всего, имел бы все это, то есть повышенную чувствительность и холеричность, но И ТОЛЬКО!!! Но прививки с ртутью ударили всей мощью по сверхчувствительной, особенной нервной системе. Обидно, у нас проводится скрининг на наследственные заболевания всех новорожденных, которые реже, чем наш аутизм, встречаются (фенилкетонурия, гипотиреоз и т. д.). Это обеспечивает очень раннюю диагностику и коррекцию, в результате которой у детей не ломается психика и на адекватной коррекции они вырастают здоровыми. Может, когда-нибудь введут скрининг новорожденных на предрасположенность к расстройствам аутичного спектра, тогда бы мы с вами всех сегодняшних проблем не знали...»

«...на 99% я уверена, что самой причиной Митинового аутизма стала вакцинация: он только переболел вирусной герпесной ангиной (герпетические обсыпания по горлу, температура под 40, пять дней в

инфекционной больнице), и ему через две недели после выписки сделали АКДС. Это совпало с нашумевшим делом (мы жили в Волгограде), когда после вакцинации импортной вакциной у двух девочек нашего возраста развился аутизм и их родители завели два уголовных дела на главврача поликлиники, которая испытывала эту новую вакцину (родителей с детьми привозили на такси к поликлинике, подарки-шарики раздавали). Конечно, я не могу быть уверена, что эта самая вакцина попала в нашу поликлинику.

Через год, как начались проблемы у нас, я нанесла визит нашему педиатру (мы переехали на тот момент в другой город), которая направляла нас на вакцинацию, и просила поднять документы в архиве, касающиеся той нашей прививки. Меня клятвенно заверили, что ТОЙ вакцины в этой поликлинике не было. Шум поднимать я не стала, в силу своей «темноты», поверила педиатру. Но теперь, как только попаду в Волгоград, обязательно нанесу визит главврачу детской поликлиники № 5 — хочу увидеть своими глазами, какая это была вакцина».

«Ваня при рождении получил 9 баллов по десятибалльной шкале.

Здоровый малыш. До года развивался превосходно. Ну не к чему придраться.

В год я уехал со старшей дочкой на море. И жена позвонила, сказала — он так по тебе скучает, совершенно переменялся. Не остается один в комнате, бегают за мной как хвостик, держится за юбку.

Я приехал и тоже заметил изменения. К нам пришли гости — так Ваня визжал, как будто увидел монстров. Прятался за наши спины и вел себя совершенно неадекватно. Осмысленные слова исчезли, остался лепет — но пока еще разнообразный, хороший лепет.

Потом врачи спрашивали — что такое могло произойти в годовалом возрасте?

Я не знал. Мы не болели, не ударялись головой. Все как обычно. И вдруг осенило — мы сделали ровно в год прививку. И уже потом в

интернете нашел подтверждения своей догадки – массу подобных историй.

Нас смотрели неврологи, генетики, психиатры. Все анализы, все обследования – хорошие. Все в норме. А ребенок деградирует. И вот лишь на диете начался прогресс».

«...проблемы реально начались с прививки от гепатита. У меня близнецы.

После первого гепатита – отекают ножки у обоих.

После второго – перестали держать голову, постоянный гипо-тонус.

После ККП – перестали отзываться на имена, вечные запоры.

После последней АКДС – пропадает глазной контакт у обоих.

Ну а дальше по нарастающей, как снежный ком. В год и семь месяцев - классические аутята».

Таким образом, дополнительно к 22 % родителей, уверенных, что именно ККП была причиной их бед, есть еще немало, кто отметил, что до ККП ребенок уже был ослаблен и ККП просто добивала его.

В США гастроэнтеролог из Харварда Тимоти Буай исследовал 400 детей с диагнозом аутизм и подтвердил исследования Эндрю – нашел у этих детей воспаление подвздошной кишки.

В 2000 году группа японских исследователей Токийского университета, которым руководил Х. Кавашима обнаружила тот же самый генетический материал в крови детей с аутизмом: «Для того, чтобы охарактеризовать вероятно присутствующий штамм, мы выполнили определение геномной РНК кори в периферических мононуклеарных клетках у восьми пациентов с болезнью Крона, троих – с язвенным колитом и у девяти детей - с аутистическим энтероколитом». Кавашима обнаружил, что «последовательности, полученные от детей с аутизмом, совпадают с вакцинными штаммами», и что эти результаты согласуются с историей болезни этих детей. Он опубликовал сообщение об этом.

Кроме того, он подчеркнул, что это может приводить к попаданию

вируса в мозг с током крови и его внедрению в центральную нервную систему.

Если два исследователя подтвердили правоту Эндрю Уэйкфилда, то как же получилось, что группа из Великобритании, проводившая исследование по заказу в 2006 году, не нашла ничего? Ответ, как всегда, прост.

Если бы врачи делали исследования подвздошной кишки, то получили бы результат, как Уэйкфилд, но единственный, кто делал исследования, был М.А. Афзал, и он искал свидетельства наличия вируса в толстой кишке и не нашел ничего. Афзал, без сомнения, знал, что у детей, обследованных группой из Королевского Свободного госпиталя, была гиперплазия лимфоузлов подвздошной кишки. Тот факт, что Афзал не смог найти наличия геномной РНК вируса кори в толстой кишке не вызывает удивления, так как он не ищет там, где надо, но никто из официальных ученых даже не говорит об этом факте! Наоборот, все дальнейшие публикации этой группы приветствовались прививочными властями и функционерами от медицины. Медицинские власти заявили, что раз уж Афзал с коллегами не нашли ничего, то и на самом деле ничего и не было! Следовательно, вирус кори и вакцина ММК не несут никакой ответственности за внезапный регресс в развитии у малого процента детей, кто генетически предрасположен к аутизму.

В 2005 году Оксфорд при мощной финансовой поддержке, оказанной британским правительством, основал Кокрановское Сотрудничество, опубликовавшее систематический обзор всех предшествующих документов. Его авторы в заключении утверждали, что вакцина MMR была безопасна и никакой связи с аутизмом нет. Сразу после этого заключения британское Министерство здравоохранения увеличило финансирование Оксфордской администрации Кокрановского Сотрудничества на один миллион фунтов стерлингов в год и расширило контракты его британских групп.

Понимая, что существует подтасовка результатов, поводом для разбирательства дела Эндрю Уэйкфилда в Генеральном медицинском совете стало не его исследование, отвергнутое научным сообществом, а нарушения им медицинской этики, которые были допущены Уэйкфилдом при работе над своим исследованием. И совет с чистой совестью стал муссировать этические вопросы и вести следствие в безопасном направлении.

Как было установлено в ходе такого расследования, больные аутизмом дети, которых привлек к исследованию Уэйкфилд, подвергались ряду болезненных и небезопасных процедур, включая колоноскопию и забор спинномозговой жидкости. По мнению британских экспертов, результаты этих действий Уэйкфилда не могли быть использованы в лечении детей, следовательно, они проводились не в интересах пациентов. Кроме того, было установлено, что в одном случае Уэйкфилд лично выплачивал небольшие суммы за сдачу образцов крови. Более того, работая гастроэнтерологом в одной из лондонских больниц, Уэйкфилд не получал официального разрешения на выполненные им исследования, и, как утверждала теперь комиссия, не обладал квалификацией, необходимой для их проведения.

Действия, связанные с нарушением профессиональной этики, были инкриминированы также двум медработникам, принимавшим участие в проведении исследования.

Разбирательства, длившиеся двенадцать лет, завершились в феврале 2010 года решением о лишении Эндрю Уэйкфилда медицинской лицензии.

В настоящее время Эндрю Уэйкфилд живет в США. Он продолжает настаивать на достоверности и обоснованности выводов своего исследования и считает предъявленные ему обвинения несправедливыми.

В пресс-релизе Центра помощи больным аутизмом «Сотфул Хаус» в Остине, штат Техас, который был основан Уэйкфилдом в 2005 году,

отмечается, что Уэйкфилд принял решение отказаться от своего поста добровольно, чтобы избежать ущерба репутации медицинского учреждения.

Да, практически невозможно привлечь к ответственности производителей вакцин. Немногочисленные прецеденты имеются только в США.

Так в феврале 2008 года бестселлером стала история, вскрытая писателем Дэвидом Кирби. Он описал случай Ханны Полинг, родители которой подали в суд на производителей вакцин. Американское Министерство здравоохранения и социальной службы потребовало закрытого слушания дела и тайно предоставило в американский Федеральный суд, что симптомы аутизма у Ханны действительно были вызваны девятью вакцинами, которые она получила в один день.

Официальная медицина пыталась доказать, что вакцины усилили основное митохондриальное расстройство девочки, которое она имела ранее, и ребенок получил состояние, близкое по симптомам к аутизму. Случай поднял проблему на высокий политический уровень в Америке и продолжает получать там широкое освещение в печати, но нигде в мире вы не найдете никакого упоминания об этом деле.

В дополнение к случаю Ханны Полииг, американский суд в 2009 году также вынес решение в пользу маленького мальчика Бенджамина Зеллера, признав, что в результате прививки MMR, полученной 17 ноября 2004 года, Бенджамин страдает постоянными тяжелыми припадками, энцефалопатией и задержкой развития.

Америка бурлит и требует ответа на вопрос: «Почему в лучшей стране мира растет количество детей с аутизмом?»

Официальная американская медицина использует СМИ, чтобы доказать, что это может быть вызвано экологическими факторами. Хотя не только в США, но и практически везде нам пытаются представить, что рост цифр больных аутизмом связан только с улучшением качества диагностики и большим пониманием проблемы.

Мол, раньше синдром Аспергера не относили к аутизму, а сейчас на западе все ЗППР, СДВГ, алалии и тому подобное тоже относят к аутичному спектру.

Но последние данные из США показывают увеличение заболевания аутизмом в два раза только за последние пять лет (то есть 2002 – 2006 годы), хотя улучшение диагностики началось гораздо раньше охваченного периода. Так что поставленный вопрос пока не имеет официального ответа.

## **История Никиты - восстановлен полностью**

*Автор Галина Краевая*

Моя история счастливая и сейчас, когда я пишу эти строки, моему сыну уже восемь лет и он спокойно ходит в нормальную школу, имеет приятелей и друзей и никто даже не может заподозрить, что он мог стать аутистом. Но мне хочется обязательно рассказать мою историю, чтобы дать другим детям возможность вырасти счастливыми, потому что чем раньше вы увидите проблему, тем раньше начнете лечение, и ваша жизнь не будет разрушена, как жизнь многих семей с детьми, диагноз которых звучит и пугающе, и парализующе – аутизм.

Так получилось, что муж мой поехал работать в Англию, я поехала с ним, и сын мой родился уже здесь. Английский я знала очень слабо, могла кое-как читать, а вот разговорный язык не понимала совсем. Не знала я и многого о местной системе здравоохранения. Конечно, это добавило мне массу проблем при общении с врачами и попытках получить какую-то медицинскую помощь. Но в конечном счете это оказалось даже к лучшему. Именно благодаря тому, что я оказалась в

ситуации, когда не могла рассчитывать ни на какую врачебную помощь, я начала искать выход сама. Именно это спасло моего сына. Если бы я продолжала ходить к врачам, практикующим традиционную медицину, диагноз тяжелый аутизм и, возможно, также эпилепсия, были бы сейчас с нами и навсегда.

Проблемы у нас начались в первый же год, как и у многих других детей, которые позже получают диагноз регрессивный аутизм. До двух месяцев мой сын Никита был спокойным, счастливым ребенком, замечательно набирал вес, начал улыбаться. К двум месяцам без всякого «воспитания» с моей стороны он уже легко спал ночью по шесть часов, не просыпаясь.

В два месяца он получил первую прививку DTP (аналог АКДС) и с этого дня все понеслось под откос. Весь вечер после прививки ребенок кричал и лежал только на одном боку. В течение всей последующей недели приходилось приспособливаться кормить его, лежа только на одном боку. С того дня на долгое время привычным для него стало положение, выгнувшись на один бок. Как теперь я догадываюсь, у него была очень сильно поражена печень. Начались проблемы с едой, диатез, и с того дня он больше никогда не мог спать больше полутора-двух часов подряд. Так мы с ним и ходили по полночи, он не спал, а просто хныкал или стонал. Я не могла с ним даже лечь, единственное что удавалось - это откинуться в кресле, положив его себе на грудь, и в таком положении ему становилось немного легче, он задремывал.

Появилось дрожание рук, явный признак неврологических проблем. Но на все мои жалобы английские врачи отвечали, что все в порядке. Потом были вторая и третья прививки ОТР и вдобавок к этому в это же время мне поставили несколько серебряных (амальгамных) пломб. После каждой прививки нервность ребенка становились все сильнее, и диатез перерос в экзему.

В полгода у сына неожиданно сильно воспалилось горло, так, что два дня он даже сосать не мог от боли. Его лечили антибиотиками. На



мои осторожные предположения о том, что после этого, может, ему нужны пробиотики, врач на меня посмотрел с недоумением — какие пробиотики, зачем? С этого времени сын практически перестал прибавлять в весе и расти — с шести месяцев до года вырос всего на полтора сантиметра. Полностью отказался от прикорма. Кошмарная экзема стала кровить. На мои вопросы о возможности аллергии врачи мне отвечали, что это просто экзема, помажьте Гидрокортизоном. Когда к десяти месяцам он все еще отказывался от прикорма и жил на только грудном вскармливании, вес начал падать, и только тогда мне дали направление к педиатру. Чтобы попасть на прием к педиатру, нам пришлось ждать больше двух месяцев, и это еще повезло, предполагаемое время ожидания было пять месяцев! Здесь нам в первый, он же и последний раз повезло увидеть мыслящего адекватного врача — он предположил аллергию на молоко по симптомам, даже не делая теста.

Действительно, на безмолочной диете стало намного лучше. Сын меньше плакал, начал есть прикорм, стал веселее, даже начал осваивать кое-какие звуки типа «ма-ма», «да-да». Вообще, его психическое развитие тогда соответствовало норме. К 15-18 месяцам у него было около десятка слов-обозначений со смыслом, типа «ди-ди» для музыкального диска или «га-га» для гусей. Впрочем, «первые звоночки» были уже и тогда, но я их не заметила. Я ясно помню то время, когда ему было 12-14 месяцев, когда мне вдруг стало «скучно» с ним. Я с нетерпением ждала, когда он станет старше и умнее, чтобы с ним можно было как-то играть или чему-то учить. Оказывается, дело было вовсе не в возрасте, просто он уже не развивался и не обучался в том темпе, как это делают здоровые дети. Только много позже, когда я могла наблюдать соседскую девочку в том же возрасте, я поняла, что уже тогда было не все в порядке. Эту девочку я видела раз в неделю, и каждый раз она уже знала и умела что-то новое. А у нас неделя за неделей не появлялось ни одного нового умения или знания.

В год мы еще и сделали прививку MMR (корь/краснуха/паротит). Когда много позже я пересматривала старые видео, то нашла съемку, сделанную через две недели после прививки. Никита бегает по детской площадке, прыгает на одном месте, рассматривает какие-то вещи, но ни разу не взглянул за это время на меня, как будто он один. Резкая разница с предыдущими съемками, когда он все время оглядывается — вижу ли я его, нравится ли мне, что он делает. Но и это все я заметила уже позже, а тоща я еще многого не знала, тем более, именно в это время мы отменили молоко, и улучшения от безмолочной диеты смягчили эффект MMR.

К сожалению, улучшения от ввода безмолочной диеты длились недолго и через два-три месяца они сошли на нет.

Помню точно день, когда я начала реально тревожиться. Это было первого апреля, наверное, поэтому этот день и остался в памяти. В тот день он был особенно беспокоен, и вдруг я увидела, что он весь напрягся и как-то странно дрожит. Это продолжалось лишь несколько секунд, но потом повторилось еще пару раз в течение дня. В тот день я впервые заметила, что ему как будто труднее стало произносить согласные звуки. Сыну было тогда почти 18 месяцев. С того дня он быстро покатился вниз. С каждой неделей приступов вздрагивания становилось все больше, и все меньше оставалось звуков. Дополнительно к плохому сну и постоянным истерикам сын начал ходить на цыпочках. Самое страшное то, что все чаще и чаще я могла видеть короткие периоды, когда Никита внезапно, без каких-либо предварительных предвестников, переставал двигаться, как бы каменел. Взгляд его устремлялся перед собой, выражение лица не менялось. Он ни на что не реагировал, и я сама каменела, понимая, что происходит что-то жуткое. Через несколько секунд все проходило. Только позже я узнала, что это были абсансы, предвестники эпилепсии.

В то время я не предполагала, как все обернется, и не вела никакого дневника. Поэтому сейчас, когда я пишу про то время, я не помню

всего, что происходило тогда, в памяти остались лишь отдельные эпизоды. Даже фотографий того времени у меня осталось очень мало. Мы очень много снимали сына до этого — но с 18 месяцев и почти до трех лет практически нет ни фотографий, ни видео. Мы хотели снимать веселого, радостного ребенка, как он говорит первые слова, как он играет с нами или с игрушками... Но этого больше не было, и мы перестали снимать.

К 20 месяцам те немногие слова ушли полностью, исчезли и вообще какие-либо согласные звуки, осталось лишь «а-а-а». Я замечала, как во время частых приступов «дрожи» сын все больше терял контроль языка, и была совершенно уверена, что они как-то связаны. Вероятно, эти приступы «дрожи» были судорогами, во у меня не было возможности сделать диагностику. Хождение на цыпочках стало постоянным, а руки сын при ходьбе все время отводил вниз и назад, как крылья. Видно было, как напряжены все руки и даже каждый палец.

Я понимала, что сыну становится хуже и хуже, и была в полной растерянности, что же делать. Английские врачи отказывались меня слушать, а ехать к русским врачам... Увы, к тому времени у меня уже накопился достаточно печальный опыт обращений к ним.

А тем временем у ребенка пропал интерес к окружающему, на улице он набирал полную горсть камешков и так с ними и ходил часами. Или же качался на качелях тоже часами, ничто другое ему было не интересно.

Ярко остался и памяти эпизод, когда мы подошли к реке, где плавали гуси и утки, а сын безучастно сидел в коляске, сжимая к руке свои извечные камешки. Я пыталась привлечь его внимание к гусям, но безуспешно. И помню, как с горечью и недоумением вспоминала такую же прогулку год назад. Тогда, в 11-12 месяцев он с огромным интересом наблюдал за гусями, и даже сам кричал «га-га-га».

Теперь он не говорил ничего и не интересовался ничем, единственное, что его увлекало — бесконечное бросание камешков к

воду, от этого занятия его было невозможно отвлечь. Еще один яркий момент, отложившийся в памяти — сын долбит палочкой по столу. Это он мог делать до бесконечности. А вот все игрушки лежали к ящичке нетронутыми неделями и месяцами.

Нс могу забыть один из дней, когда он был особенно несчастен, все время ныл, не хотел ни с чем играть, и все время просился на руки. Доведенная до крайности тем, что он не хочет ничем заниматься, я посадила его па колени, не пытаюсь с ним ни говорить, ни развлекать, сама стала читать книжку.

Так прошло около полутора часов, он не спал, сидел у меня на коленях, не делая никакой попытки сползти на пол или чем-то заняться. Просто сидел, прижимаясь ко мне, и НИЧЕГО не делал и ничего не хотел. Как должно было быть плохо ребенку, если в полтора года он может просидеть бездействия полтора часа!

Истерики стали нашим постоянным состоянием В этот период мне пришлось отменить дневной сон. Сын не так уж плохо засыпал днем, но просыпание стало моим кошмаром. Он просыпался с плачем, и продолжал вопить после сна около часа, и я ничем не могла остановить этот крик. Но даже после отмены дневного сна он по-прежнему спал ночью не более полугора-двух часов подряд, потом пара часов хождения с ним на руках, потом еще час-полтори сна, и так всю ночь.

Он опять практически перестал есть, кормить удавалось только под просмотр телепередач. Преследовали постоянная жуткая экзема на сгибах локтей и под коленками, красные слизистые глаз и темные круги под глазами. Ноги его пахли в то время как у взрослого человека, который не менял носки несколько дней. Постоянно раздутый живот, как барабан. И стул — по моему пониманию, он походил по виду па стул, как его описывают у детей с целиакией. Но на мои предположения об этом, английские медики мне отвечали: «Целиакия встречается очень редко, поэтому у вас этого не может быть». Непробиваемая логика!

А то, что стул все равно ненормальный, и по 5-6 раз в день, их не беспокоило, потому что диарея - это когда 10 раз в день водой, а иначе все в норме. Правда, один раз мне удалось добиться анализа стула, к моему полному изумлению, он пришел абсолютно нормальным. Может быть, в целях гигиены они образцы стула сначала стерилизуют? Тут же скажу, что когда года через полтора, уже на диете и биомеде, мы сделали анализ стула в Москве, там не было вообще ничего нормального, ни по одному показателю!

Ребенку становилось все хуже и хуже, а помощи от врачей не было, и я решила по собственной инициативе попробовать убрать глютен. Эффект был потрясающий. Улучшился стул, аппетит, сон, уменьшились истерики. Заметно уменьшилось количество приступов абсансов. Но самое удивительное и неожиданное для меня было то, что ребенок вдруг как бы «повзрослел», то есть изменилось поведение, он стал разумнее.

Я вдруг поняла, что поведение, к которому я привыкла, вовсе не было нормальным для его возраста. Например, оказалось, что ребенок в 20 месяцев может понять, что для того чтобы пойти гулять, надо сначала надеть ботинки, и не визжать из-за этого. До начала диеты он этого понять не мог, каждый раз я одевала его с воплями и истерикой. Но я все еще не допускала мысли, что это какие-то психические ненормальности. Никаких мыслей об аутизме, про который тогда уже начали много говорить в прессе, не было. Да я и не знала, что это такое, как и многие, считала, что это что-то типа умственной неполноценности, и конечно же, не может относиться к моему сыну.

Случайно в это время я увидела фильм «Моя семья и аутизм», про семью с несколькими детьми с аутизмом различной степени. Включила я его из пустого любопытства, но фильм оказался откровением для меня. В их младшем сыночке я увидела удивительную схожесть с Никитой, Я услышала, что аутизм — это нарушение развития, а вовсе не умственная отсталость Я поняла, что это про нас. В этом же

фильме рассказали о БГБК диете и упомянули про английский форум, обсуждающий вопросы диеты и лечения кандиды у аутистов. С того дня я начала читать этот форум и все, что находила относительно аутизма и диеты. Со словарем, разбирая каждую фразу, непонятные разговорные обороты... Читала каждую свободную минуту. Было ли это трудно? Нет, потому что у меня появилась надежда, что я могу что-то сделать. На самом деле это было в сотни раз легче, чем смотреть, не предпринимая никаких действий, на сына, который все более уходит в свой мир и ощущать полное отчаяние оттого, что ничем не можешь ему помочь.

Я не пошла к врачам за диагнозом. Я уже успела прочитать на форуме, как относятся британские врачи к больным аутизмом. Во-первых, если поставлен такой диагноз, то на встречу с гастроэнтерологом уже рассчитывать не приходится, считалось, что все проблемы ЖКТ у аутистов – следствие их аутизма. Поэтому аутистам гастроэнтеролог не нужен, и лечить кишечник им не нужно. А тем, кто был слишком настойчив в требованиях помощи, угрожали «влепить» синдром Мюнхгаузена. Так называют состояние, когда человек придумывает себе несуществующие проблемы ради того, чтобы получить лишнее внимание. Как раз тогда одна мама боролась за то, чтобы у нее не отобрали ее сына, потому что ей поставили этот синдром. Она слишком активно искала помощи у докторов... Надежда оставалась только на себя.

Хотя тогда я мало что понимала и не все оценивала верно.

Например, я не очень понимала, что имеется в виду под глазным контактом, поэтому и не могла пожаловаться на его отсутствие. Что такое глазной контакт, я поняла гораздо позже, когда этот глазной контакт появился и я его увидела.

Оказывается, это когда ребенок смотрит на тебя не по просьбе, а потому, что ищет твоего одобрения, как у него что-то получатся, или хочет разделить с тобой радость от новой игрушки. Вот этого у нас уже

давно не было. Или же, отвечая на вопросы анкеты, я была уверена, что сын понимает речь. Но только позже я поняла, что оказывается, он на самом деле меня не понимал, поэтому с ним и невозможно было договориться. Ярким примером для сравнения сейчас для меня стала соседская девочка, которой в том же возрасте можно было объяснить очень многие вещи — и почему надо кого-то подождать, и почему надо одеться, или почему ей нельзя что-то делать.

Это был момент, про который я могу сказать — мне повезло. Мне действительно повезло, что нужная информация попала мне не слишком поздно, когда мозг еще не был сильно отравлен и поврежден. Именно поэтому мне удалось добиться таких хороших результатов. Но, судя по тому, сколько даже в этой ситуации мне пришлось приложить усилий, чтобы выправить его иммунную систему, пищеварение и все остальное, мой сын не был легким случаем. Если бы я начала все на год позже...

Я знаю родителей, у которых дети имели поразительно похожие проблемы и поведение в два года — просто один в один. Но — кому-то эта информация вовремя не попала, кто-то не захотел или не смог ее услышать и принять, в результате диета и биомед были начаты на два-три года позже. Конечно, там повреждение мозга уже зашло гораздо дальше, и усилий на его восстановление тратится намного больше - на годы. Поэтому могу только еще и еще раз повторить — не упускайте время, лучше без большой нужды ввести диету и начать работу, чем потом кусать локти, жалея о потерянном времени. Именно поэтому здесь я пишу не только о своих успехах, но и об ошибках. Я очень надеюсь, что мой опыт поможет кому-то избежать таких ошибок.

Итак, почитав форум, я начала строгую БГБК диету. В это время Никите было 1 год и 10 месяцев. Ребенок заметно улучшился в поведении, как я уже писала, но его проблемы с кишечником и сильная экзема остались. Гиперактивность тоже никуда не девалась. Я нашла информацию о фенольной непереносимости у детей аутистов и убрала

все высокофенольные продукты.

Из-за этой экземы и непереносимостей на многие продукты мне пришлось отказаться от использования любых готовых продуктов, типа БГБК печений, макарон, колбас. Все только домашнего приготовления, кроме муки, заказываемой специально. Это обеспечило абсолютно чистую БГБК диету.

Потом я решилась на ввод добавок. Делала я это очень медленно, ведь приходилось во всем разбираться самой, и я очень боялась навредить сыну. Начала с кальция, цинка, комплекса детских мультивитаминов с повышенным содержанием витаминов В, в общем — с того, что рекомендовали на форуме, который я тогда читала. После ввода цинка я впервые поняла, что такое глазной контакт, о котором было столько разговоров. После ввода витаминов заметно улучшилось понимание ситуации и начала развиваться речь. Если в начале этого периода Никита не говорил ни одного слова или осмысленного звука, то всего через пару месяцев в его словарном запасе было около пятнадцати слов.

В то время мне даже хотелось поверить, что все проблемы уже позади. Но оказалось, что праздновать победу было еще рано. Постоянная гиперактивность и хождение на цыпочках оставались с нами. Сын стал даже более агрессивен. Он мог подойти и ни с того ни с сего укусить или ущипнуть. В это время я была вся искутана и в синяках, особенно ноги, которые он мог кусать, проходя мимо. Впрочем, делал он это явно не из желания сделать мне больно, а из-за потребности стиснуть зубы, пальцы — та же причина, которая заставляла его ходить на цыпочках и вытягивать постоянно напряженные руки как крылья.

Наш прогресс вовсе не пошел плавно вверх, как этого хотелось бы. Скорее, его можно описать как череду темных и светлых периодов, причем сначала черных периодов было больше, а белых совсем мало. С течением времени светлых периодов становилось все больше, и они



становились все более длительными, а черных становилось меньше, и они были короче. В тот период я твердо поняла, что мне гораздо полезнее тратить время и деньги на биокоррекцию, чем на специальное обучение.

Как ни кратковременны были светлые периоды поначалу, их было достаточно, чтобы увидеть, что там, внутри, живет нормальный ребенок, который все понимает, и хочет играть и радоваться жизни. Значит, я должна постараться избавить его от того, что мешает ему быть таким, вместо того, чтобы пытаться научить его приспосабливаться к жизни в боли и тумане. Я видела, что в светлый период с ним можно было договориться, и научить чему-то, но приходил темный период и он переставал меня понимать и забывал все, что выучил раньше.

Вот пример из того времени. Идем на прогулку, в это время к нам приехала повидаться бабушка. Надо перейти дорогу и я пытаюсь взять его за руку. Но у нас очередной черный период, сын визжит, выворачивается, в конце концов приходится брать его в охапку и перетаскивать через дорогу, извивающегося и орущего. Бабушка вздыхает: «Ну как же его научить держаться за руку?» Через несколько дней наступает просветление. Такая же ситуация у дороги—и сын САМ берет меня за руку при подходе к дороге, потому что знает и понимает, что так надо.

Следующий черный период - и опять все забыто, опять визг и истерика. Как ни дико это звучит для некоторых, на тот момент я пришла к тому, что в черный период расслаблялась и просто старалась его пережить, надеясь дождаться светлого периода, и тогда уже чему-то учить. Конечно, я могла это себе позволить лишь потому, что начала биокоррекцию очень рано, и изначальное отставание в развитии было еще небольшим -немногим более полугода. Вряд ли такую тактику можно посоветовать тем, кто начал биокоррекцию в более старшем возрасте.

В конце осени я ввела омега-3 (рыбий жир). В первые 3-5 дней я увидела замечательные улучшения в поведении, особенно в контакте и понимании речи, но потом...

К сожалению, я поняла это много позже, ввод рыбьего жира вызвал сильное разрастание дрожжей в кишечнике и, видимо, разворошил какие то вирусы. Ребенок просто сошел с ума. В течение двух недель рождественских праздников это была непрекращаемая истерика, с перерывами на краткий сон.

Помню, как иногда муж давал мне отдохнуть, «брал ребенка на себя», а я просто забивалась в уголок и тихо рыдала от бессилия. За те две недели мы ни разу не смогли выйти из дома. Это трудно представить, что двое взрослых людей в течение двух недель не смогли одеть и вытащить двухлетнего ребенка из дома...

Но идти к английским врачам было бесполезно, это понимал даже мой муж. Кричит? Все дети плачут. Много? Но ведь не 24 часа в сутки, а всего лишь 18! Понос? Нет, понос - это когда водой по 10-20 раз в день, а ваша пузырящаяся пахнущая кислым каша — это не понос.

Читая форумы, я поняла, что это, скорее всего, кандидозное разрастание, и помочь сыну смогу только я сама, поскольку английская медицина вообще не знает о существовании кандидоза за исключением разве примитивной молочницы. Я набралась смелости и начала давать GSE (экстракт грейпфрутовых семян), а потом добавила экстракт оливкового листа (OLE). Медленно ребенок начинает возвращаться к приемлемому состоянию. Хотя таким «нормальным», каким он был в октябре, до ввода рыбьего жира, он станет еще не скоро.

С этого времени и надолго у него появилась одна странная привычка. У нас была мягкая игрушка — змея, свернувшаяся кольцом. По размеру это кольцо как раз подходило, чтобы одеть на голову как беретик. И вот он стал каждый раз, ложась спать, требовать эту змею, одевать ее себе на голову и этим кольцом прижиматься к спинке

кровати. Так и спал. Я не могла понять, почему он это делает.

Но однажды у меня вдруг вылезла молочница, и я решила побороться с ней подручным средством – экстрактом грейпфрутовых семян. Решив, что мне, как взрослому человеку, ничего не страшно, я приняла большую дозу. Через некоторое время у меня началась сильнейшая головная боль, которую вызвало массовое вымирание дрожжей. Совершенно жуткая головная боль, пронзающая виски и опоясывающая голову обручем. Обручем? Вот тут я все и поняла. У него были тогда постоянные кандидозные головные боли, и, прижимаясь кольцом змеи к спинке кровати, он пытался как-то отвлечь эту боль.

Страшно подумать, как же ему было постоянно больно, и как он это выносил, если мне лишь от одного момента такой боли хотелось кричать и биться головой об стену. Это еще раз помогло мне понять, как же чувствуют себя наши дети. Поэтому говорить про аутистов, что они просто «по-другому» видят мир, и им не нужна помощь, просто преступление. Представьте себе, что вы живете с постоянной головной болью и с туманом в мозгу, сможете ли вы смотреть людям в глаза, сможете ли общаться с ними, или учиться чему-либо?

«Туман в мозгу» – так можно назвать обычное состояние моего сына в то время. Не выходит из памяти один случай. Во всех больших супермаркетах есть обязательно ряд с детскими игрушками, мимо которого пройти просто невозможно. Каждый раз, когда мы туда приходили, приходилось покупать машинку, по-другому отойти от полок и выйти из магазина было невозможно, сын водил на всю округу. Хорошо, что там был выбор дешевых машинок, в результате у нас их скопилось около сотни.

В один из таких «туманных» дней он получил, наконец, свою машинку, вышли из магазина, сели в машину. И вот он сидит и тупо повторяет: «Машинка... машинка...» Но в голосе не слышно никакого оживления, совершенно тусклый голос и пустой взгляд. Страшно было видеть эти пустые глаза. Его мозг был в тумане, и сквозь этот туман до

него как-то доходит мысль, что он вроде бы должен радоваться этой машинке. А вот как радоваться и как с ней играть, сквозь туман уже не пробивалось.

В такие периоды его невозможно было ни о чем попросить или даже заставить что-то сделать — то, что можно было бы попросить сделать в светлый период. Я заметила, что в такое время сын лучше слушается, если я не пытаюсь с ним разговаривать многословно, как это мы обычно делаем, а только отдаю краткие команды: «Стоять. Сидеть. Сюда». Потом я поняла, что это было не потому, что он был просто непослушным или пугался моего приказного тона, а потому, что сквозь туман в мозгу ему трудно было понять обычную речь, в которой слишком много дополнительных слов. А простую команду он мог понять и потому выполнял.

Еще я заметила его особую избирательность в выборе языка видео. В то время он более или менее мог понимать русскую речь, но практически не понимал английскую. Я долго не могла понять, почему он выбирал видео на русском языке, когда ему было лучше, и на английском — когда ему было хуже. Эта избирательность была настолько явной, что по одному этому выбору я уже могла судить о его состоянии.

Позже я поняла, что в хорошем состоянии ему было интересно послушать, что говорят в фильме, и потому выбирал язык, который он знал. Но когда в мозгу поднимался туман, понимать речь становилось сложно, и он интуитивно выбирал видео, речь в которых он не понимал, и потому она его не напрягала.

Весной происходит еще один страшный случай, после которого я стала еще осторожней. Я прочитала о том, как многим аутичным детям помог ввод витамина А и решила добавить его. Начала с половины профилактической дозы, рекомендуемой для такого возраста — всего 1250 IU. Как и в ситуации с рыбьим жиром, произошло резкое улучшение контакта и поведения, но сразу полезли дрожжи. Я

добавила GSE. Ребенок в ночь стал просто абсолютно нормальным, спокойным, резко улучшилась речь. Но начался понос, причем в какой-то момент там появилась кровь и какие то пленки, было впечатление, что слезала слизистая кишечника.

В ужасе я отменила все, и долгое время панически боялась витамина А после такой реакции. Через год после этого, «укротив» кандиду, я успешно ввела рыбий жир с замечательными результатами. Но это был очень важный урок – все проверять и перепроверять сто раз, потому что даже простыми витаминами нашим детям можно нанести вред.

Поскольку работа кишечника по-прежнему не налаживалась, я попыталась ввести СУД – специфическую углеводную диету. Это диета, которая исключает все сложные углеводы, требующие расщепления – не только сахар, но также все крахмалосодержащие продукты. Это объясняется тем, что при пораженном кишечнике зачастую нарушается возможность нормально расщеплять сложные углеводы, и в результате они начинают кормить в кишечнике патогенные бактерии, еще более усугубляя ситуацию. В течение трех месяцев я пыталась расширить набор продуктов, разрешенных на СУД, но безуспешно.

Из-за фенольной чувствительности мы не могли ввести практически никакие продукты, разрешенные на СУД. Через три месяца я поняла, что СУД для нас не решение. Тогда же я понимаю, что, похоже, у сына также и чувствительность к каротинам, он не переносит ни один желтый или оранжевый продукт, как, например, морковь или тыква. Я прекращаю СУД и возвращаюсь к старой диете, но решаю дополнительно ввести ферменты.

Очень многие в начале БГБК диеты переживают по поводу того, как же ребенок будет жить, если кроме глютена и казеина придется отменить еще и другие продукты, на которые выявится непереносимость. Для них перечислю продукты, которые на тот момент остались в нашем меню: рис, мясо, груши, капуста, лук,

пастернак (по виду похож на белую морковь) - всего шесть наименований.

В качестве жиров — гусиный или куриный жир, ни одно растительное масло не подходило. На этом меню мы жили больше года. Но для меня было лучше так, чем видеть совершенно безумного ребенка.

Весь следующий год проходит в нескончаемой борьбе с кандидой. Я пришла к пониманию, что антикандидозные моему сыну придется давать постоянно. До этого мне пришлось доходить собственным умом, в то время тактика антикандидной терапии еще не была так отработана, как сейчас, и к пониманию, что антикандидная терапия должна быть на постоянной основе, родители еще только подходили, а ДАН! врачи и вовсе об этом еще не думали. Доступные в то время пробиотики тоже практически не давали эффекта. Собственно, этот год мы топтались на месте, никакого значительного улучшения состояния не было. Радовало только то, что за счет диеты и постоянной борьбы с кандидой сын, хотя и не догонял сверстников, но все же постепенно развивался, не регрессировал.

Весной 2005 года я нашла информацию о кефире и о том, как можно сделать безмолочный кефир. Достаю грибки, начинаю делать кефир. Через 3-5 дней после начала употребления кефира я поняла, что это прорыв! Кандида наконец под контролем! До этого я могла пригасить кандиду только ежедневными дозами GSE и иногда коллоидного серебра. После ввода кефира я больше не купила ни одного пробиотика.

Говоря «взять кандиду под контроль», я не имею в виду, что на тот момент мы смогли избавиться от этой проблемы. Это лишь означает, что при ежедневном кефире и регулярных, но уже не обязательно ежедневных, антикандидозных я могла удерживать кандиду на том уровне, когда она не доставляла сильных неприятностей. С укрощенной кандидой ребенок стал намного спокойнее, веселее и исчезла постоянная пузыристость стула. Прогресс был очень заметен. Наконец

вместо бесконечной долбежки палками по столу и стенам он начал интересоваться игрушками, стал доставать их из ящика, рассматривать их, катать машинки. Ведь до этого только что купленные машинки он просто таскал какое-то время в руке, множество игрушек лежали в ящике неделями, и он никогда их даже не брал в руки. Всеми его игрушками были палки, которыми он размахивал до одурения или долбил по столу и стенам.

Время шло, и надо было уже думать о школе, т.к. в Англии дети в школу идут после четырех лет. Нам повезло, что Никита родился осенью, поэтому он должен был пойти в школу уже почти в 5 лет. Это было тревожное время. Я начала водить Никиту в игровой садик (такая группа, куда дети приходят поиграть на 2.5 часа в день) с двух лет, сначала два дня в неделю, а с 3.5 лет он ходил ежедневно.

Это была обычная группа, т. к он не был агрессивен и не впадал в истерику от большого количества людей. Большого и не требовалось. С детьми он никогда не играл и ими не интересовался. Какие-либо работы типа рисования выполнения поделок делать отказывался, а поскольку это не была специальная группа для особых детей, никто и не настаивал, его просто оставляли в покое.

Конечно, после ввода кефира и укрощения «цветущей» кандиды мы получили заметный прогресс. Он стал как-то заниматься с игрушками, хотя и не играл с ними так, как играли другие дети. Не могу передать, как меня радовал этот появившийся интерес к игрушкам. Ведь до этого он чаще расхаживал по комнате садика на цыпочках, надувая щеки и вытягивая руки крыльями, или же просто кружился на месте.

Я старалась и не заглядывать в комнату, чтобы лишний раз не расстраиваться. Такая вот «страусиная» тактика у меня была. Но, несмотря на прогресс в части игрушек, Никита по-прежнему не говорил по-английски.

Казалось, что он как-то понимал воспитателей в группе (по их словам), однако по-английски так и не говорил ни слова. Для

сравнения, его ровесник из индийской семьи в той же группе в это время уже говорил на двух языках свободно. Мысли о грядущей школе начали меня очень тревожить.

Все больше и больше я думала о том, что для того, чтобы он начал говорить по-английски, мне придется отказаться дома от русского языка и перейти на общение с ним по-английски. Честно говоря, мысль эта меня просто ужасала, т.к. мой английский был очень далек от свободного. Видели ли преподаватели в садике проблемы? Конечно, видели, но у англичан в крови сидит не соваться не в свое дело. Поэтому они не могли поднять никакой разговор со мной. Вот только однажды одна из воспитателей радостно рассказала, что она попробовала с Никитой изучать слова по карточкам, и обнаружила, что он многие слова уже знает. Не на пустом месте воспитатель в обычном саду начинает с ребенком работу по карточкам.

Зимой 2006 г я ввела оральный витамин MB12. Сначала появляется сыпь, усиливаются дрожжи. Но через две недели я увидела потрясающие результаты. Появились первые слова по-английски.

Преподаватели отмечают, что он стал обращать внимание на то, что делают дети, стал играть рядом с ними (не вместе, но хотя бы рядом — это уже сдвиг). Неожиданно он начал дома играть в прятки. Совсем на малышом уровне, так, как это делают обычно дети одного-двух лет. Встает за штору и кричит «Ку-ку». И такой восторг, когда я его теряю и не могу найти! А ведь он перестал играть в эти «ку-ку» где-то в возрасте одного года, я уже и забыла, что с ним можно играть в такую веселую игру!

Вот теперь он и наверстывал упущенное. Видимо, именно тогда он начал нагонять пропущенные годы развития эмоционального контакта с людьми. Удивительно, но улучшилась мелкая моторика. Буквально перед началом MB12 я пробовала заставить его обвести простую фигуру— и он не мог это сделать, с трудом мог держать карандаш в руках. Теперь это получается. В течение весны продолжают



значительные улучшения, которые я связываю именно с MB12.

К концу весны (четыре с половиной года) он уже говорил довольно большое количество английских слов, и даже начинал связывать пару слов вместе. Его уровень речи по-русски мне оценить трудно. Он говорил короткими неправильными фразами, насколько это соответствовало норме, не знаю, поскольку сравнивать было не с кем. Хотя интонации речи всегда оставались монотонными, не такими живыми, как у других детей.

Однако, хотя дома ребенок и казался мне довольно адекватным, в группе, в сравнении с детьми, было видно, что он все еще «другой». Выпускной праздник в детском саду был для меня горьким разочарованием. Когда все дети пели что-то, Никита крутился на стуле под особым присмотром преподавателя. А когда начались игры и соревнования, в которых все дети участвовали с большим удовольствием, он совсем разволновался и нам пришлось уйти.

Пробное посещение школы вызвало у меня большие сомнения, удастся ли нам там удержаться или нас быстро попросят перейти в специальное заведение. Чтобы дети не боялись нового места, летом в школе было организовано интерактивное чтение сказок по типу «Колобка». Желающим детям давали кукол, одеваемых на руку, и они могли сами поучаствовать в действии сказки. Все дети смотрели и слушали с большим интересом, и даже мальчик, которому позже поставили диагноз СДВГ и выписали Риталин, хоть и отвлекался, но все же был заинтересован сказкой и следил за ней. А Никита не обратил на сказку вообще никакого внимания, только ползал между стульями.

Летом 2006 года я начинаю хелирование. К этому я готовилась долго. Что нам придется это делать, я поняла уже два года назад, но начинать было страшно. Предварительно я сделала анализ волос на металлы, и он показал наличие ртути и других токсичных металлов. В течение последнего года я упорно читала о различных методах

хелирования. Я хотела быть уверенной, что знаю, как провести хелирование и не навредить ребенку. Однако и затягивать больше было нельзя. Считается, что наилучших успехов можно добиться, если сделать хелирование в основном к пяти годам. Пять лет сыну исполнялось наступающей осенью.

Итак, в середине июля я начала хелирование АЛА (альфа-липоевая кислота) по протоколу Энди Катлера, который предполагает прием препарата мелкими частыми дозами. Частые дозы обеспечивают поддержание равномерного количества препарата в крови в течение цикла и снижение риска перераспределения поднятой ртути.

Катлер утверждает, что прием препарата через 8 часов сильно повышает риск ухудшения в результате перераспределения ртути. ДАН! Врачи упорно это оспаривают, т.к. такой режим хелирования «неудобен» их пациентам. Насколько это верно, можно спорить и доказывать, но для меня на чаше весов были с одной стороны мое удобство спать по ночам без перерыва и при этом риск повредить ребенку, с другой стороны - необходимость вставать по ночам ради сведения риска к минимуму. Я решила, что во втором случае, даже вставая по ночам, я буду спать спокойнее, зная, что я сделала все, что в моих силах, чтобы не навредить.

В первые два месяца у нас было резкое усиление дрожжей, да и вообще, ребенок, казалось, стал более аутичным, чем был до этого. По площадке он снова ходил на цыпочках, вытягивая руки подобно крыльям и надувая щеки. Попытки общения с детьми, появившиеся весной, опять пропали. Казалось, он откатился минимум на полгода. Я с ужасом ждала начала обучения в школе, поскольку не представляла, как я его туда даже смогу привести, не говоря о том, чтобы оставить в классе. Я так и не смогла примерить ему школьную форму, попытки ее надеть приводили к истерикам.

Но в день начала учебы, середина сентября, произошло маленькое чудо. Он вдруг проснулся таким нормальным, каким я его не видела

уже очень давно, если вообще когда-то видела. Спокойно надел школьную форму и спокойно пошел в школу. В школе он был выделен в специальную группу из трех или четырех детей (из 50 учеников этого года), которых отдельно учили играть с другими детьми, как играть с игрушками по очереди, в общем, правильному поведению в коллективе, но остальные уроки шли вместе. Могла ли я надеяться на такое всего лишь несколько месяцев назад!

Конечно, не все сразу стало совсем гладко, бывали дни, когда он опять становился «другим», но такие периоды уже не длились долго. Несколько раз мне сообщали из школы, что он укусил кого-то или щипался, или что его трудно заставить сидеть спокойно, но при этом он довольно быстро осваивал английские буквы и учился чтению. Уже к рождеству он довольно неплохо говорил по-английски.

Дальше начался уверенный путь к восстановлению. С каждым месяцем Никита становился все больше и больше похож на обычного мальчишку. У него появились друзья в школе. Через 20 раундов хелирования (примерно 4-5 месяцев) ушла проблема наших «непотопляемых» дрожжей! Теперь антикандидозные приходилось давать лишь изредка, если я вводила какую-то новую добавку, или в подобных исключительных случаях, а из ежедневного протокола я их исключила. Наши темные периоды ушли в прошлое, теперь, в худшем случае у нас мог быть один случайный темный день, а скоро и такие ушли. Конечно, у Никиты оставались некоторые черты Аспергера, некоторые сложности в умении общаться, но это уже не выходило за пределы странностей многих нормальных детей.

Я продолжала хелировать в течение последующих двух лет. Примерно через год после начала хелирования я смогла вернуть все высокофенольные продукты, но все равно оставалось еще немало пищевых непереносимостей. Поэтому я продолжала искать решение этой проблемы.

В феврале 2008 года я начинаю антивирусный протокол с помощью

Виростопа. Во время курса сын проходит через несколько периодов поднятия температуры, а также множество кожных высыпаний. Однако результат протокола стоил того. Во-первых, улучшилось состояние кожных покровов, полностью ушли, наконец, раздражения под коленками и на локтях, которые до этого появлялись довольно часто, и шершавости на голених. Улучшилась двигательная активность.

В течение последних полугода до начала антивирусного протокола я заметила, что сын стал заметно отставать в физическом развитии от своих сверстников, хотя год назад физически он был примерно на уровне. Он стал значительно медленнее бегать, и даже ходить. При попытке идти быстрее жаловался на боли в ногах. Вот эти проблемы с ногами неожиданно полностью исчезли во время антивирусного протокола! Заметно улучшились отношения со сверстниками, общее его настроение стало более позитивным, с ним стало просто приятнее общаться. Но самым удивительным достижением на антивирусном протоколе было исчезновение большого числа пищевых непереносимостей. После этого протокола я смогла вернуть в меню практически все продукты. Если до этого у нас был список разрешенных продуктов, все остальное – нельзя, то теперь остался только короткий список неразрешенных продуктов, в который входят молоко, соя и глютен, все остальное употреблять стало можно.

Сын больше не нуждается в ферментах и может есть любые овощи и фрукты, шоколад и прочее. Антикандидозные средства стали не нужны, его иммунная система справляется самостоятельно. По поведению сын не отличается от нормальных детей. Единственное его отличие от обычных детей в том, что он по-прежнему на БГБК диете и пока нуждается в базовой витаминной поддержке.

## **Мой пограничный сын - история Димы (Ребенок восстановлен)**

*Автор Надежда Чакова*

Наша история не типична, ибо я начинала биокоррекцию с ребенком, когда его проблемы были абсолютно незаметны другим людям и состояние моего сына Димы было таким, до которого многие мамы ауют мечтают дойти. Иногда, читая на сайте сообщения других мам, я понимаю, как нам повезло, хотя повезло ли? Но я все-таки решила написать, так как думаю, что мой рассказ сможет подтолкнуть тех, у которых детки без диагноза, но некоторые симптомы заставляют родителей задумываться о каких-то мелочах и их страшит путь диеты и биокоррекции. Такие родители спрашивают себя: «А наше ли это? Ведь ребенок смотрит в глаза, тянется к людям, но вот характер, наследственность, аллергии – все это другого плана». Почитайте и подумайте, ведь и мой сын тянулся к людям и в глаза смотрел, но ....

В 25 лет я наконец забеременела – ждала этого момента два года. Но недолгим было наше счастье – очень скоро у нас начались проблемы. У меня появилась такая сильная сонливость и усталость, что пришлось уволиться с работы. Несмотря на постоянную угрозу прерывания беременности, меня сильно беспокоил тот факт, что малыш двигался постоянно; иногда его движения были похожи на судорожные. Но родился мой сынок всего на 10 дней раньше срока, с нормальным весом и ростом, только очень возбужденным. Принесли мне его только через сутки. Чтобы снять эту возбужденность, в роддоме Диме сделали укол фенобарбитала, который не помог и со словами «вы будете «дружить» с неврологами», сделав все положенные прививки, нас выписали домой.

Вот тогда и начался самый настоящий кошмар: ребенок орал четыре месяца подряд - днем и ночью, начались судороги ручек и ножек, тремор подбородка. Мы сменили пять педиатров и когда начали

выполнять назначения последнего – пробиотики, ферменты, валерьянку – Дима чуточку успокоился. Невропатологи с нами «дружить» не захотели, а в два месяца по совету педиатра я перестала кормить его грудью, потому что очень ему было плохо от моего молока. Знать бы мне тогда о БезГлютеновой и БезКазеиновой диете—не писала бы я это все сейчас.

С первых дней прикорма начались аллергии. Принимали Диазолин, Линекс, Креон, Бифиформ и что-то еще (уже и не помню), сидели на исключающей аллергены диете. До года он мог есть белый рис, гречку, сыр, компот из кураги, кабачки, лук, свеклу, капусту, картошку и печенье «Мария». Физически сынок развивался хорошо, но его усиленный аппетит меня беспокоил. К тому же спал он плохо и отставал немножко в интеллектуальном развитии, как-то слишком много хохотал, но к людям тянулся. Слово «мама» начал говорить с восьми месяцев, а «папа» сказал в десять месяцев, но спустя месяц это слово пропало. Очень сильно боялся щекотки - такое впечатление, что куда не дотронься - ему щекотно. Через несколько часов после езды в машине начинал орать и тогда орал без остановки два-три часа. С этим справится нам помогала ношпа.

Когда Диме исполнился годик, мы переехали в США. За три месяца до нашего переезда педиатр, которая говорила, что Димке нельзя делать прививки, сказала, что в США без них она нас не отпустит и вцепилась ему три АКДС и три полно (по одной в месяц). После каждой прививки у сына на подбородке открывалась сильная рана, которая только начинала проходить – тут же становилась еще больше после последующей прививки. Так мы и повезли Диму с этой ужасной раной, из которой сочилась сукровица. Через три Дня нашего пребывания в Штатах у сына прошли все признаки аллергии и зажила рана на подбородке, но на четвертый день все вернулось, т.к. я начала готовить ему еду из обычных продуктов. Когда же я сменила продукты на органические, выращенные без удобрений и химикатов, ситуация более

или менее стабилизировалась.

В 14 месяцев Дима подхватил кишечную инфекцию, и на приеме у педиатра ему ввели все недостающие прививки, в том числе и MMR.

В полтора года он становится раздражительным, не любит взрослых, за исключением близких друзей, а к детям, наоборот, пристаёт, обнимается, как-то неестественно себя ведёт, но это все списывается на недостаток общения с другими. Также начинает крутить колеса, с игрушками играет лежа на полу; ему нравится наблюдать за паровозиком, катать машинки, но заикленности ни на чем нет, очень легко удастся его отвлечь от какого-либо занятия. Просыпается в плохом настроении, речь о-о-очень бедная, точнее, ее почти нет, и это все опять же списывается на то, что мальчики развиваются медленнее, чем девочки, и говорить начинают позже – ждем!

Я знала много случаев, когда дети не разговаривали до трех лет, а потом были отличниками в школе. Но я не знала, что мой сынок не только не разговаривает, а не совсем понимает обращенную речь, он не имитирует и до него не доходит то, что приходит к другим деткам само собой, без каких-либо объяснений.

С двух до трех лет жизнь Димки полна стрессов: моя беременность, поездка на Украину, рождение сестренки, приезд бабушки и самое главное – прививка от гриппа. Ребенок превращается в отчаянного забияку, иногда становится агрессивным, неуклюж, нет чувства края вещей, с детками играет как-то жестко, частые перепады настроения. Также меня настораживает тот факт, что сынок может наблюдать за чем-то (работа бульдозера) очень долго, стоя на одном месте и почти не проявляя никаких эмоций.

В два с половиной года у Димы, наконец, появилась хоть какая-то речь. Смогли ввести много продуктов: молоко, огурец, цветную капусту, брокколи, арбуз, банан, киви. Самыми сильными аллергенами оставались морковь и яблоки, но молоко он пил литрами.

Несмотря на все вышеперечисленные проблемы, сын смотрелся как

нормальный ребенок, но с характером. Вот борьбу с этим характером мы и начинаем, свято веря, что правильное воспитание все исправит. Мы начинаем ходить с ним в разные кружки, на разные программы и читаем массу педагогической литературы. Надо сказать, что мы его старались воспитывать разными методами еще примерно года три, но он почему-то не поддавался воспитанию.

Я была на седьмом месяце беременности и неважно себя чувствовала, поэтому мы с мужем решили отдать Диму в садик.

Первая моя ошибка была в том, что послушав «добрых» людей, а не свою интуицию, я оставила Диму первый раз в садике на целый день. Он сразу, увидев деток, побежал к ним играть, а я за это время ушла. Сейчас я могу себе представить, что почувствовал мой ребенок, когда увидел, что мама оставила его в совершенно незнакомом месте с незнакомыми людьми, но тогда педагоги, моя беременность и усталость сыграли свою роль. В этот день я забрала Диму всего грязного от слез и с обделанными штанишками, хотя без памперсов он уже обходился целый год.

К садика Дима так и не привык. С каждым днем все становилось хуже и хуже: сначала он перестал играть с детками, крутился только возле воспитательницы и все время просился на руки, потом перестал есть, а потом перестал ходить в туалет, держал все целый день. Дома я заметила, что он начал бояться закрытого пространства, особенно нервничал в ванной. Уже намного позже я узнала, что в садике детей наказывали по американской манере, закрывая их ненадолго в офисе или в туалете. Да и воспитательницы там менялись каждый день. В это время и появился у сына «друг-невидимка». Он водил его за ручку, иногда разговаривал с ним, и каждый раз, когда мы куда-то ехали, кричал, что мы забыли взять Кевина и он плачет в доме. Несколько раз мы возвращались домой забрать Кевина, но потом мой муж сказал, что Кевин умеет быстро бегать и, если мы его забыли, он будет бежать за машиной. Тогда Дима успокоился.



Через два месяца мы забрали ребенка из садика, но стресс от пребывания там у него оставался долго.

Я до сих пор не понимаю, как я могла так поступить со своим ребенком, почему поддалась на уговоры других, ведь чувствовала же, что это неправильно, почему не испугалась этого несуществующего друга. Но с другой стороны, детская психологическая литература в изобилии дает такие примеры, вспомним Малыша и Карлсона, который живет на крыше. Психологи утверждают, что такие примеры указывают на нехватку внимания со стороны взрослых.

Я начала уделять Диме больше внимания. Я играла и занималась с ним, но я не могла избавиться от чувства то, что я не могу ответить на простой вопрос: «Знает ли мой ребенок цвета и фигуры, которые мы учим постоянно?» Дело в том, что в один день он не может ничего повторить, на другой день назовет два-три цвета или фигуры правильно, потом опять забудет, а через неделю расскажет даже то, чему я его не учила. Создавалось ощущение, что он просто не хочет порой отвечать. Еще отмечается какая-то странная цикличность в поведении—два-три месяца плохого поведения, а потом две-три недели у Димки апатия, на замечания реагирует спокойно, даже слишком спокойно, как будто ему все равно.

В четыре года мы отдаем сына в подготовительную школу, но в группу трехлеток из-за слабого английского. Чувствует он себя там комфортно, речь чуточку улучшается, так же как и поведение, но уже четко видны следующие симптомы (мы, конечно же, тогда не понимали этого):

- очень тяжело с Димой играть — все время надо угадывать его ход мыслей, иначе он сильно раздражается. Такое чувство, что ему нужно только наше присутствие, а не контакт. Если проигрывает, то очень сильно расстраивается;

- часто плохое настроение, иногда хохот без причины и кривляние;

- начинаются депрессии;

– после дневного сна орет 15-20 минут и не может объяснить, почему, а успокоить его невозможно;

– проблемы сенсорики: повышенная чувствительность к боли, к температуре окружающей среды и т. д.;

– очень часто болеет, но самое странное, что болеет бронхитом каждые три месяца, как по графику.

Из-за того, что ребенку уже 4.5 года, его странности и плохое поведение трудно объяснить. Если раньше мы могли сказать (и часто сами в это верили), что ребеночек, мол, не выспался, голодный, зубки режутся и тому подобное, то сейчас что скажешь? А он на больного не похож, а похож только на плохо воспитанного, непослушного и избалованного ребенка.

После рождения дочери (Диме было 3 года) до нас с мужем дошло, что с ним что-то не то и наконец-то мы имели возможность сравнить и понять, что дело далеко не в том, что все дети разные. У нас появилось ощущение, что Диме нужна помощь. Естественно, мы сразу же обратились с нашими опасениями к врачу, на что он ответил, что каждый развивается по-своему, а Димку мы просто неправильно воспитываем, два иммигранта просто не понимают принципов свободного воспитания. То, что ребенок болеет часто, его вообще не заинтересовало, ведь другие дети еще чаще болеют. Дальше мы к врачам не приставали, так как знакомые нас напугали, что если поставят какой-то диагноз, то обязательно посадят на медикаменты. Мы с мужем решили, что медикаменты давать не будем и оставили все как есть.

Не знаю, где бы мы сейчас были и с каким диагнозом сидели, так как Димке становилось все хуже: «выход в люди» с сыном становился стрессом для нас — никогда не знали, чем все обернется. Перед тем, как куда-то идти, мы очень тщательно обдумывали: «А стоит ли?» Жизнь с Димой была как на мине — никогда не знаешь, когда она взорвется.

Справедливости ради надо отметить, что были и положительные моменты:

—хоть от сверстников он отставал и в речи, и в развитии, но речь все-таки улучшалась;

— удалось ввести очень много продуктов, даже тех, на которые раньше была сильная реакция: яблоки, морковь, некоторые неорганические продукты — сбывалась моя мечта жить как все;

— к детям сын очень тянулся, были у него даже друзья, но при этом кроме прятков и уличных игр, он ни во что играть с ребятами не умел;

— он всегда обожал свою сестренку, несмотря на все ее проделки, и очень любил маленьких детей и умел с ними играть. Оставить Диму с годовалым малышом на некоторое время без присмотра не было проблем;

— часто можно было с ним договориться.

Но в августе 2007 года с нашим сыном происходит что-то страшное — у него начинаются провалы в памяти. Сегодня он не может вспомнить, что такое квадрат, а завтра что-то еще, послезавтра что-то новое. Мы с мужем не на шутку перепугались, так как хорошо понимали, что сын не врет, не играет с нами, а всеми силами пытается вспомнить то, что забыл. Это даже не было похоже на обычное забывание, потому что когда мы ему напоминали, он тут же забывал опять и не мог вспомнить, иногда дело доходило до слез.

Тогда мы наконец сделали то, что надо было сделать уже давно — мы пошли к альтернативному врачу и он очень доступно нам объяснил связь между аллергиями, непереносимостями, проблемами пищеварения и поведением, сенсорикой и всем остальным.

В это же время я случайно познакомилась с мамой аутенка, который уже почти год был на биокоррекции и диете. От нее я узнаю о симптомах аутизма, а точнее о том, как проявляет себя спектр аутизма, и до меня начинает доходить, что мой ребенок непослушный не потому, что он плохой или у него неправильное воспитание, а потому, что он

зачастую не понимает, чего от него хотят. Я тогда начинаю ему объяснять и «показывать на пальцах» элементарные вещи и он начинает слушаться. У меня шок от того, что я не чувствовала собственного ребенка.

От этой же мамы я узнаю о сайтах, посвященных аутичным проблемам, и тону в потоке информации. Мучает один вопрос: «Но ведь мой ребенок не аутист, в глаза-то смотрит, к людям тянется. Наше ли это?»

Косвенный ответ на этот вопрос мне дал наш новый педиатр, рассказав о взаимосвязи кишечника и психологии и сказав, что нам нужна специальная диета, а какая именно — он скажет после сдачи анализов. О том, какая Диме нужна диета и как ее вводить, я уже знала, никакие анализы меня уже не волновали. Решение было принято: садимся на диету.

Раньше я ведь не знала о вреде запретных продуктов, а теперь, зная, не могла их больше давать. Но как посадить на такую жесткую диету пятилетнего соображающего ребенка? Хоть он почти всю жизнь был на какой-то диете, но на данный-то момент он уже все ел. В общем, не долго думая, я все-таки решила попытаться с ним поговорить и на следующее утро я сказала сыну: «С сегодняшнего дня ты садишься на диету и очень многое тебе нельзя будет кушать», — на что он, к моему большому удивлению, ответил: «Это чтоб я себя лучше чувствовал?»

Только тогда я по настоящему поняла, как моему ребенку плохо. Он в свои пять лет чувствовал, что ему нехорошо, и был готов отказаться от своих любимых яблок, макарон, молока и многого другого. Чтобы сыну было морально легче с этим справиться, я начинаю БГБК диету вместе с ним.

На диету садимся за один день, потому что, во-первых, возраст сына не позволял мне ошибаться, а во-вторых, меня начало преследовать чувство, что я уже собственными руками отравляю свое же сокровище.

Первую неделю мы оба испытывали сильную «ломку», но это мне

говорило только о том, что диета введена правильно и она нам нужна.

Я сначала многого не понимала и думала, что за год я вылечу сына, поскольку, в основном, собиралась его лечить от аллергий, но чем больше я вникала в биокоррекцию, тем больше я понимала, насколько все запущено. А узнавая в поведении сына симптомы аспергера, не раз впадала в депрессию.

Во время ввода диеты и биокоррекции мне очень во многом помогла та мама аутенка. Она мне показала, где и какие покупать продукты, какие заказать первые добавки и отвечала на все мои «вопросы новичков». Я этой женщине буду всю жизнь признательна за то, что она для нас сделала. К сожалению, наши пути потом разошлись.

Сразу после введения диеты у Димы улучшился сон, и он стал просыпаться в хорошем настроении. Стал менее раздражительным, ушла проблема запоров и перестал болеть бронхитами.

В это же время я показываю сына разным врачам, с надеждой получить диагноз. Но дальше, чем «иной ребенок», дело не пошло. У Димы многие симптомы совпадают с СДВ (синдром дефицита внимания), но врачи говорят, что они недостаточно сильны для постановки диагноза. Логопеда нам тоже не дали, так как оказалось, что Диму понять можно, а то, что отстаёт речь (как и интеллектуальное развитие) на пару лет, это не так уж страшно. Единственную услугу, которую удалось получить – это обучение родителей как общаться с особыми детьми. На этом обучении я научилась делать сенсорную диету, и сыну она очень помогает справиться с болевой чувствительностью. А насчет диагноза я успокоилась – ведь сама вижу проблемы, так не диагноз же мне лечить.

Итак, будучи полгода на диете и введя базовый протокол, я поняла, что дальше двигаться сама не могу. Дело в том, что на то время я не владела достаточной информацией, а ребенку, несмотря на положительные изменения, было плохо – он все время худел, пропал аппетит и выглядел неважно, а о кандиде, отводе токсинов и о многом

другом я не имела ни малейшего представления. Единственное, что я понимала, это то, что к хелированию или антивирусной борьбе мой сын не готов. Поэтому мы с мужем решили попытаться работать с врачом. Мне как-то сразу не хотелось иметь дело с любым ДАН!ом, только с профессионалом.

Мы обратились к тому, кому, родители на англоязычных форумах давали хорошие оценки, и, к большому нашему удивлению и счастью, он нам не отказал. Но имея за спиной пятилетний опыт работы с врачами, я понимала, что работая с ним – это не означает, что можно расслабиться и сидеть сложа руки, тем более, что он сам все время подчеркивал, что мамы – это не статисты, а актеры в пьесе про аутизм.

Мы платим кучу денег и сдаем кучу анализов и ДАН! меняет наш протокол и назначает антикандидную терапию.

Диме на антипротоколе становится намного лучше, но он совершенно не растет, все еще теряет вес. Протокол меняется, а потом дополняется еще два раза (на основании анализов, конечно).

Весь первый год мы работали над тем, чтобы Дима стабилизировался, иначе, по мнению врача, нельзя проводить никакие серьезные терапии. Мы всеми силами стараемся, чтобы Дима перестал худеть и начал расти. Мы бьемся, чтобы у него был хороший аппетит, а также «усиленно» ведем борьбу с патогенами. Я специально взяла слово «усиленно» в кавычки, потому, что мы сдавали очень много анализов и очень часто высеивали разную гадость, вплоть до синегнойной палочки, но всегда все патогены были чувствительны к Каприцидину и толокнянке, а медикаменты ДАН! не хотел нам назначать из-за токсичности. Вот и старались мы побороть эту гадость натуральными средствами. Только первый антипротокол был сделан с Дифлюканом. На Каприцидине я видела сразу результат, а вот толокнянка не работала вообще, но я продолжала ее давать, потому что так показывали анализы и такую рекомендацию дает врач. Авторитет моего ДАН! был для меня в это время решающим.

Сразу хочу сказать, что все мной написанное относится только к моему опыту, поэтому не является рекламой или антирекламой ДАН! докторов. Многие не могут работать сами особенно в начале, это сейчас есть сайт «Аутизм. Помощь родителям», где могут дать совет и структурированную информацию.

В общем, за год мы все-таки достигли цели — состояние Димы стабилизировалось, он набрал вес, начал расти и чувствовал себя намного лучше.

За этот год мы потратили такую сумму денег на лечение, за которую наши друзья купили кабриолет. Проблема была в том, что никакие анализы, и тем более оплата ДАН!, которая стоила меньше, чем добавки с анализами, нашей страховкой не покрывалась.

В начале 2008 года я попадаю на форум «Аутизм. Помощь родителям» и читаю его с «квадратными» глазами. Не буду врать, у меня ушло несколько месяцев, пока я «въехала», о чем тут говорят, потому что информация здесь очень отличалась от той стереотипной, которая встречалась мне раньше.

Под конец первого года мы начинаем ALA (альфа-липоиновая кислота). Даю сначала, как рекомендует ДАН! — два раза в день. Сразу появляется всплеск энергии и уходит потребность в дневном сне, но потом как-то этот результат начинает потихоньку уходить. Я пробую давать ALA по протоколу Катлера и снова получаю хороший результат, который уже никуда не девается.

Вот тут я начинаю сомневаться в абсолютных знаниях ДАН! докторов.

Месяца через три после этого с великим трудом вводим ЛДН (налтрексон) — в виде крема, разработанного врачом МакКандлесс, и получаем сильный прогресс. И я, и наш ДАН! рады. Но тут от одной мамы я получаю информацию о чудодейственном средстве. Проявив верх недалёковидности, я по собственной инициативе добавляю

озонированные масла, и все летит коту под хвост. От достигнутого прогресса остаются одни только воспоминания.

Так начинается наш второй год совместной работы с ДАН!.

Я уже многому научилась, а главное поняла, как распознавать признаки разрастания кандиды, вплоть до «первых звоночков». Также я научилась подбирать средства, которые на нее действуют — без анализов, по симптоматике. Все это без конца рассказывают на сайте, где я теперь бываю каждый день.

Но мне не дает покоя ртуть, которую я подозреваю как главную причину наших несчастий. По моей настоятельной просьбе ДАН! выписывает направление на анализ порфиринов во Францию, хотя я могла послать этот анализ сама, но стереотипность мышления мне мешала и я хотела, чтобы ДАН! принимал решение по анализу. Пришел анализ, который также, как и анализ волос, показал среднюю загрузку ртутью.

После этого анализа наш ДАН! рекомендовал попробовать OSR (один из хелат-агентов), говоря, что у Димы как раз тот случай, когда его надо применять. Я не стала давать ребенку этот препарат просто ввиду его новизны и малоизученности. Под моим напором врач выписывает хелат-агенты в виде свечей ДМСА и ДМПС поочередно, чтобы посмотреть, какой препарат лучше пойдет.

На хелировании я вижу хорошие результаты. Таких результатов не было достигнуто ничем и мне это говорило о том, что мы на правильном пути. Но через несколько месяцев эту терапию нам пришлось отложить из-за сыпи.

У меня появляется стойкое состояние краха, ничего не помогает, и я понимаю, что надо думать и делать все самой. Я активнее включаюсь в работу сайта «Аутизм. Помощь родителям» и многое для меня открывается с другой стороны.

Вначале 2010 года я принимаю решение прекратить работать с ДАН!. Это решение далось мне нелегко, но, проанализировав нашу работу, я



пришла к выводу, что каждый раз, когда Диме было плохо, мы только сдавали анализы стула, делали другие дорогушие тесты и по результатам добавляли необходимые добавки. Причиной каждого отката было разрастание патогенов, но в основном кандиды. Когда я научилась сама распознавать их разрастание и подбирать добавки, я смогла справляться с этим сама и видела симптомы много раньше. Самый последний анализ стула мы сдавали при вводе ЛДН, и он не показал никаких проблем, а Диме было реально плохо. Его состояние я описала врачу, но он сказал, ссылаясь на результаты анализа, что проблем нет, все хорошо. Плюнула я тогда на все и ввела свой антикандидозный протокол, после которого сыночку стало намного легче. Так что больше на доктора в таких вопросах я не полагалась.

Рекомендованные врачом дозы препаратов были всегда огромными. Хорошо, что я уже была осведомлена о том, что вводить надо по одному препарату и максимум одну добавку в три дня, да и безопасные дозы хелаторов уже были известны. Мальчика одной моей знакомой (они тоже были пациенты того же врача) так «колбасило» после хелирования, что я начала с очень малых доз. Даже на таких маленьких дозах у Димы со временем появилась сыпь, и я предполагала, что проблема не в самом хелировании как таковом, а в методике, дозировке. На что наш ДАН! посоветовал сделать анализы мочи и посмотреть, что он покажет.

Результаты были странными - оказывается, Дима выводил больше металлов сам, чем с хелатором, и на этом основании ДАН! настоятельно потребовал прекратить хелирование и начинать OSR. Будто бы тот поднимет низкий уровень глутатиона и организм будет выводить металлы сам. Но я видела, что ребенок прогрессирует, несмотря на увеличивающуюся сыпь, и хотела, чтобы регулировались только дозы хелат-агентов, как у Катлера, чтобы закрепить эффект и убрать сыпь. Но, как известно, авторитет врача всегда довлеет, я начинала сдаваться и даже купила у этот злосчастный OSR. Но что-то

мешало мне начать давать его ребенку, и я засыпала врача множественными вопросами о препарате. В общем, мы сошлись на том, что сделаем сначала анализ на уровень глутатиона, как и рекомендует другой ДАН! доктор Халей.

У Димы глутатион оказался в норме, но наш доктор хотел видеть цифры побольше и сказал, чтобы мы продолжали еще какое-то время давать OSR. Меня это немного смутило. Я не поняла, почему он решил, что я даю OSR, если я все время писала, что боюсь его ввести. Скажу, что проблема OSR была последней каплей. Мало того, что я перестала доверять анализам, мне было неприятно, что врач, который ведет моего ребенка по переписке, не помнит, о чем я ему писала, и как-то даже халатно ко всему относится. Получается, что, если бы я сама сразу согласилась на OSR, то никогда бы и не узнала, что Диме он не нужен, потому что глутатион у него в норме.

А главное, ДАН! никогда раньше не говорил о том, что надо убрать все препараты, поднимающие уровень глутатиона, если таковой в норме. Иными словами, врач не давал мне исчерпывающей информации для того, чтобы я могла самостоятельно сделать выбор из всех его рекомендаций. Конечно, пациентов у врача — тысячи, и, может быть, один случай врачебной ошибки на тысячу пациентов не сможет сильно навредить репутации, но этот случай мог оказаться моим сыном, а он у меня — один.

В общем, я не считаю нашего ДАН! доктора некомпетентным, но оставаться его пациентом я больше не видела смысла. С форумом «Аутизм. Помощь родителям» я переросла те проблемы, что держали меня возле ДАН!. И несмотря на то, что я была ему за многое благодарна и никогда бы не справилась сама в первый год, продолжать не имело смысла.

Кстати, моя знакомая сделала то же самое, но об этом я узнала недавно.

И поскольку мы остались без врача, я решила проанализировать

всю ситуацию сама. Все крема и хелаторы, кроме ALA, я убрала. Спасибо администрации форума за помощь в распознавании врага, который был виновником нашей сыпи. И как ни смешно, но начала я с основы – диеты. Пересмотрела весь Димин скудный рацион и убрала кое-какие продукты, особенно полегчало ему после отмены амаранта. Следующим шагом было введение отдельного питания. Мне показалось это очень логичным шагом, учитывая все еще большие проблемы с кишечником даже после двух лет биокоррекции.

Я продолжила хелирование с ALA, и мой сын стал почти таким же, как был до моих экспериментов с озоновым маслом. Но Дима все еще совершенно не хотел контактировать с детьми.

В это же время я ввела противовирусный протокол с Вирастопом. Какое-то время мой мальчик чувствует себя неважно, а потом, как будто свет возник в окошке, он начал приходить в себя. Раздражительность немного поутихла или стала контролируемой, исчезло хождение на носочках, продолжилось интеллектуальное развитие.

Именно на противовирусной терапии мой сын начал перевоплощаться.

Дима наконец-то начал рассказывать о своих чувствах, что очень облегчило нам обоим жизнь. Пошел такой прогресс интеллектуального развития, что многие начали говорить о том, что мой сын развит не по годам.

Самое главное – мне удалось снять некоторые добавки, и Дима мог совершенно спокойно обойтись без них какое-то время, если посылка с препаратами не приходила своевременно.

Дима стал не только много читать, но и рассказывать о прочитанном – раньше с этим была большая проблема. Он стал рисовать и писать истории, и вообще мне стало интересно с ним разговаривать. Мне иногда кажется, что это просто сон.

Мой сын не только говорит хорошо по-английски, но и стал говорить дома на украинском, нашем языке общения дома.

Самое главное, что меня волнует сейчас, и из-за чего я не могу

сказать, что мой сын полностью восстановлен — это состояние Диминого кишечника. По определению Даны, которая восстановила сама своих четверых детей, мой сын восстановлен по развитию, но мы еще далеки от биокоррекционного восстановления, и потому я буду продолжать держать Диму на такой жесткой диете. Но я не прекращаю работать и с уверенностью смотрю в будущее.

## **История Мити (Ребенок уверенно идет вперед)**

*Автор Татьяна Хлыбова*

Митя родился 12 октября 2004 года. Все окружающие им любовались: ладно скроен, улыбчивый, подвижный, смысленый и общительный бутуз. Абсолютно никаких физиологических и поведенческих отклонений, отзывчивый, веселый. Прививки по графику. В шесть месяцев сел, в девять начал вставать с опорой, в десять первые шажки, гуление и лепет — все, как по часам. Как по часам и прививки. В десять месяцев Митя перенес ОРВИ: температура сорок, герпесное обсыпание по горлу и госпитализация в инфекционную больницу.

Через две недели после выписки сделали прививку АКДС по графику. Я даже не подумала, что ребенок ослаблен после болезни, а врачи меня не предупреждали. Никакой реакции на прививку. Только небольшие изменения в пищеварении — стул оставался ежедневным, но приобрел консистенцию каши. Слова все были по возрасту: «мама», «папа», «баба», «дядя». Ходил больше, чем ползал.

Из дневника детей, что я веду постоянно с момента рождения старшей дочери:

*Осень 2005года.*

Мите один год. Новые слова «открой», «крутится», «включи», др.; как коровка говорит — «му», как кошечка говорит — «мяу»; все еще подвижный.

*Зима 2005-2006год.*

Такая юла! Все ему и везде надо! Если не по его — крик и натуральные слезы. Если все хорошо, то улыбка его смягчает даже сердитую маму. Полдня может ковыряться с новыми машинами и старым велосипедом. Интересно, что у него в голове творится?.. Сшибает углы в квартире: ничего не видит, если думает о чем-то. Зато долго теперь общается с книжками: тычет пальчиком, водит по картинкам, гулит что-то. Говорить упорно не хочет.

*Весна 2006года.*

Мите полтора года, но он совсем не похож на Катю (сестренка на год старше Мити): она хоть слушает и делает что-то, а он вообще ноль внимания — не дозовешься. Не говорит практически ничего. Он как будто живет в своем мире, в котором иногда появляется дискомфорт: голод, холод, в штаны «надул», мультик кончился, ударился — тогда он зовет: «Мама» или: «Ключи» («включи»).

*Лето 2006года.*

Всей семьей переезжаем в другой город. Мите 1 год и 8 месяцев. Любимое занятие — крутить колеса у перевернутого самосвала. Речи нет. Часто и подолгу крутится на месте. В глаза не смотрит. Блуждающая улыбка. Не отзывается на имя.

*Осень 2006года.*

Мите два года. Ребенок «чужой». Метания по врачам и детским

центрам описывать не буду—не удивят тех, кто знаком с ситуацией. Частный психолог увидел аутизм. Я стала собирать информацию по этому недугу в России. До трех лет диагноза не ставят, а следовательно, и лечения у нас нет. Прошло еще некоторое время метаний и напрасных финансовых трат...

Трудно понять, что творится с нашим мальчиком: перестал отзываться на имя, почти не играет, мнет свой писюн. Мы надеемся, что это просто переходный период — так называемое взросление.

#### *Зима 2006-2007года.*

Мите 2 года 5 месяцев. Развития нет. Гиперактивность. Стереотипия в высшей степени. Дневного сна нет. Нарушен ночной сон. Из бытового самообслуживания - только ест и пьет сам. Все это время ходим на занятия у психологов в различных детских центрах.

Трудно назвать занятиями эти крики и сползания под стол, убегания и плачи.

#### *Весна 2007года.*

На занятия больше не ходим — последние три занятия через силу прошли с криками и плачем, поэтому решили пока не ходить.

#### *Осень 2007года.*

Мите три года. Проходим обследование в психдиспансере с применением лекарств (ноотропы, психотропы, прочее). Эффект — появилась легкая заторможенность, а проблемы как были, так и остались.

#### *Весна 2008года.*

Мите 3 года и 3 месяца. Убираю все лекарства. Едем на дельфинотерапию. Эффект от десяти сеансов — счет от 1 до 10 по

часовому циферблату. Все остальное осталось как было, но это моя оценка происходящего сейчас, а тогда считала, что это именно то, то нам дало и речь, и подвижку, и собиралась ехать еще.

*Апрель 2008год.*

Я зарегистрировалась на сайте «Аутизм. Помощь родителям», попробовала ввести диету, но в диету я не верила сама и не держала диету жестко, поэтому все бросила. Но как-то что-то там меня зацепило, и в октябре 2008 года я вернулась на сайт и уже ввела диету по настоящему.

Самое важное и стоящее начинается как раз с этого времени и я пишу на форуме в октябре 2008: «Хочу поделиться новшеством. Диман стал с интересом на лица смотреть. Поет Катя песню, а Митя на ее на губы, глаза — на все лицо с интересом смотрит! Закончила петь - требует «продолжения банкета»...

Прогресса действительно хочется быстрого и немедленного... Каждый месяц - что-то маленькое, неуловимое в поведении, в общении, в интеллекте — если не запишешь, забудешь и кажется, что все стоит на месте. Я периодически записи поднимаю, видео смотрю: да, есть прогресс! Смотрю, чтобы не упасть духом и не махнуть рукой на все (так тянет периодически руки сложить и крест поставить).

Живу этим форумом потому, что больше неоткуда поддержку и информацию черпать. Пока неоткуда. Надеюсь, что это только ПОКА. Да, а вы стали моим вторым домом».

Итак, Мите четыре года. Мы на БКБГ диете, вводим натуропатические добавки (базовый список - не весь), вводим поддержку печени. Эффект начала диеты: регулярный стул, иногда оформленный (со временем он нормализовался, так что не буду больше про него упоминать). Появляются слова, но безотносительно к

ситуации. Появляется обратная связь, реакция на собственное имя. Никакие занятия результата не дают в этот период. Единственное, что у Мити идет «на ура» — занятия в бассейне. Он может кое-что повторить за тренером во время гимнастики, но и то — только с помощью мамы, которая стоит за его спиной и машет его ногами и руками. В воде Митя ныряет как рыба и выходить из бассейна без крика он научился только спустя год посещений бассейна.

*Февраль 2009 год.*

Я уже четко понимаю, что каждый прокол в диете дает регресс в поведении. Бдение ежеминутное! Что радует — слушаться стал как шелковый. Правда, появились кратковременные истерики с воплями и валянием по полу или земле — долго не истерит, т.к. не ругаю и не уговариваю в это время. Чистой воды манипулирование.

Пару-тройку недель назад появилась вредная привычка - грызть ногти, но она идет на убыль — слушается, убирает пальцы изо рта по моему требованию.

И стал сам одеваться: сам берет носки — надевает, потом футболку, штанишки...

Не могу объяснить себе, с чем связать его маниакальную ко мне привязанность в последнее время. Как только он видит, что я надеваю уличную одежду или просто переставляю боты у входной двери — начинает тревожно бормотать по-своему, хватая свою уличную одежду, натягивает куртку... - короче, «готов к труду и обороне!» В общественном транспорте без меня не садится - должна сидеть рядом или вообще держать его на коленях... Как няне, так и папе когда они приходят в дом начинает махать: «Пока-пока!» и держать меня за руку — вдруг уйду. Сегодня няня начала переодеваться, чтобы уходить — Митя побежал и услужливо принес ее шапку...

Еще из интересного: стал больше играть с сестрой, драться... Вчера разглядывал ее куклу: трогал глазки, заглядывал в ротик... Сегодня



взял этого огромного пупса и считает пальчики: ади, два, три..!

Да, научились, наконец-то, сжимать кулаки! Игра с мячом стала осмысленной — бросает в руки. В бассейне у него вообще прет соображаловка: на гимнастике уже три упражнения повторяет за тренером без моей подсказки, в воде СЛУШАЕТ указания и похвалу; четыре занятия назад сняли нарукавники — сам держится на воде и НЫРЯЕТ с головой и открытыми глазами под воду; в туалет просится из воды.

Вот столько всего за месяц.

Ну вот, а в субботу везем мы нашего мальчика к бабушке с дедушкой на целых три недели — будет проходить магнитно-резонансное лечение.

В апреле мы съездили на еще один такой курс. Я искренне верила, что это даст нам лучшие результаты, чем просто биокоррекция.

С момента начала диеты и биокоррекции (ноябрь 2008 года) и до момента, когда стало ясно, что Митя уже готов к восприятию занятий (август 2009 года), мы провели несколько курсов натуропатам, направленных на решение митохондриевых нарушений, вирусной загруженности; ввели на постоянную основу поддержку печени, провели девять сеансов барокамеры, начали хелирование (по тесту волос у Мити большой дисбаланс металлов и минералов, очень повышены уровни свинца, алюминия, серебра, проч.).

Быстро время идет, вот Мите пять лет. Месяц как проводим раунды хелирования DMSA по протоколу Э. Катлера. Очень явные изменения в поведении, общении, обратной связи — такое ощущение, что ребенок просыпается от тяжелого сна. Появилась речь в виде эхоталии.

На сайте наш администратор Тамара Кимельман начала дистанционный курс АВА и я решила попробовать.

Два месяца, как я веду занятия с Диманом по системе АВА. Большая ответственность и концентрация требуется и от меня, и от него, но и отдача тоже большая. Вот мой отчет за первые два месяца:

### **1. Сколько времени по минутам в день идут тренировки.**

В общей сложности не больше 30 минут в день, по 5-7 минут каждое занятие.

### **2. Какие навыки конкретно за столом вы тренируете.**

«Садись за стол!», «Руки неподвижно!», рисование красками и маркерами, счет предметов (сейчас каштаны, листочки – то, что собрали на прогулке, а также считаем фигурки животных, произносим, кто и как «говорит»).

Сегодня было здорово: сел, положил руки на стол и: «Руки не-поди!» С нетерпением ожидает – какую вкусность дам??

Стал выстраивать кубики в башню (раньше он их за игрушки не воспринимал как игрушки – бросал, как мячик).

### **3. Какие игры идут вместе.**

Игр совместных много... Даже растерялась - с чего начать. От пальчиковых речевок, песенок, стишков, до пинания и бросания мяча друг другу и в цель. С Катей вместе в ванной, купаясь, играют: поливают друг друга из леечки, пускают по очереди мыльные пузыри. Догонялки. Недавно на улице побежал за котом с криками: «Мяу-мяу!»

К совместным играм не отнести, но мне очень нравится становление его «Я» – от компьютера отгоняет любого, кто рядом проходит, если он сидит и играет в свои игры. Есть очень выраженная ОБИДА - он стал ПОКАЗЫВАТЬ, что он обиделся.

На прогулке и дома вместе (папа или мама) висим и качаемся на трапеции, лесенке – просит: «Памаги!» или: «Подими», – чтобы подняли на перекладину, вместе с самокатом бегаем (считаем: «На старт, внимание, ...марш!» – и Митя трогается с места).

### **4. Список сделанных карточек и их фото смонтированные на формат А4.**

Карточки самых разнообразных категорий - по принципу «Что вижу вокруг себя». Разложили по конвертам (продукты, овощи, бытовая техника, одежда, обувь, животные, люди, места города и т.п.) и

потихоньку пополняем.

##### **5. Краткий рассказ о том, как идут занятия и что представляет трудности.**

Трудности все те же — мамина занятость и усталость. Занятия короткие — я стараюсь подгадывать по его настроению и состоянию здоровья, и получается, что АБА идет короткими занятиями в течении всего дня.

*Зима 2010 года.*

Мы переехали в другой город. Там провели еще курс баротерапии семнадцать сеансов. Продолжаем хелирование, к DMSA подключили ALA. Речь становится осознанной, появились ответы на простые вопросы, простейшие просьбы выражает словом или двумя. Занятия АВА стали продолжительнее и продуктивнее.

Длительность занятия увеличилась, и теперь за столом мы сидим до 20 — 30 минут по два раза в день. Картинки с крупными рисунками разрезала на 2-4 части и Митя складывает из частей целую картинку. Когда готово, называю предмет на рисунке и его пальцем по надписи провожу. Он повторяет слово. Так — несколько рисунков.

Считать он умеет, вернее тупо речитативит, но с предметом еще не соотносит — это и учим.

Считает оладушки, когда подходит за очередной порцией ко мне, стоящей у плиты. Говорю: «Что это? — и показываю на оладушки - он должен назвать: Считай!». Он считает каждый выкладываемый на его тарелку оладик.

- Поставь НА, положи В — пространственное понимание.
- Покажи ТО-ТО
- Определение цвета (самые простые) — комбинируем на мозаике и на кубиках с листами цветной бумаги.

Перед Новым годом вырезала и склеила из плакатов елку, повесили на стену и закрашивали ее зеленым: красками, маркерами, потом

елочные игрушки скотчем приклеивали к ней.

Хоть и с некоторыми затруднениями, так как понимание еще не совсем дошло, но уже подбирает картинки животных по теме «Кто чей ребенок». Потом вывешиваем эти картинки на холодильник с помощью магнитиков

– «Иди сюда» у нас работает на 5+. Он отзывается и подходит даже в очень людном и шумном месте.

– Занятия у нас растеклись фоном по всей жизни: в быту, на прогулке, в гостях, в играх, в общении.

– Запрет работает. Митя усвоил четко, что «НЕТ» с металлом в голосе – это табу. Наказаний сейчас стало ОЧЕНЬ мало. Хорошо, что Тамара научила методу «1,2,...», у нас он подействовал! Если в начале за день Димка мог раза три-четыре в комнате «думать», то сейчас неделя может пройти без наказаний.

– Конечно, трудности большие с речью. Но это уже не голая эхолоалия. Диман думает, прежде чем сказать. Этого мы с папой от него сами требуем: если он что-то просит или тянет куда-то или кричит, ему говорим: «Говори!» Если я понимаю, что он хочет (что чаще всего и бывает), я говорю: «Что это?» Он называет. Даю. Начала следующий этап: когда называет, требую: «Скажи: дай то-то». Если не согласен что-то делать, учим говорить слово «нет» и отрицательно мотать головой. Пока это начало и оно не получается. Вернее, как и остальное все – голое повторение слова «нет», но думаю, скоро осознанное начнется.

– Запускает самолетика. Чтобы летел! До недавнего времени просто мял их или разворачивал. Такое же новое понимание касается всех игрушек: Митяй стал играть игрушками по их предназначению. Еще коряво, но играет.

В феврале 2010 года мы начали посещать занятия в Центре реабилитации детей с нарушениями в развитии. Митя заходит сам в кабинет, садится за стол и ждет, какое задание или игру предложит преподаватель. Занятия в Центре идут по другой методике (не АВА), но

показатели у Мити замечательные: концентрация на заданиях, обратная связь, коммуникация. Он выгодно отличается от других деток с таким же диагнозом.

Сейчас нет непреодолимых трудностей в занятиях. Все сложности, которые возникают, я могу корректировать. Например, карточка «унитаз» у него «писять». Понимаю, что сейчас надо в обиходе говорить, не «иди писять» или «хочешь писять?», а: «Иди на унитаз», «Закрой унитаз»...

Очень помогла барокамера в тренировке подражания: сначала сели за стол, чтобы пальчиками и ручками за мной повторял—Димке это не понравилось. Зато лежа в камере, «делай так!» на ура пошло. После камеры приезжаем домой и вечером те же «делай так!» пошло за столом.

Подражание грубой моторике тоже весело и легко даются. Самое показательное — когда на ледовом катке встал на коньки и за нами троими (я, папа, дядя) уже через 10 минут покатился-потопал.

Жест «классно!» не удается (вместо большого поднимает указательный), но реакция на поднятый большой палец мгновенная: «Квассно!!!»

В марте 2010 года на 23 раунде хелирования поведение стало зашкаливать — гиперактивность, скандалы и ничего не помогало. Отменила все добавки, прервала хелирование. Видимо, сера и кандида в организме зашкалили. За 10 дней Диман успокоился и все пришло в норму. Впредь наука будет. Теперь начала ввод добавок с самого начала.

*Апрель 2010 года.*

Продолжаем хелирование — ALA с пониженной дозы и без ДМСА. 24 раунд прошел на повышенной чувствительности и эмоциональности. Уже на самом раунде в речевом обиходе Митя начал использовать много новых слов.

Наконец-то у нас с ним пошел ДИАЛОГ! Митя пользуется теперь словом «нет!».

Идут новые слова, новые навыки, социализация.

Но испытания на нашу голову так и сыпятся! Я увидела, что начинает расти основной резец над стершимся молочным зубом. Оба визита к стоматологу прошли удачно и неожиданно спокойно. Удалили молочные резцы без применения наркоза! Вот сейчас расскажу все по порядку.

У Димки начали выпадать молочные зубы. Ну, думаю, здорово: наконец-то выпадут эти два огрызка сверху! Они, как только появились, сразу сольными стали: на каждом по темному пятнышку и разрастались со временем в диаметре и в глубину, а к пяти годам зубики стерлись до десен и там торчало нечто коричневое, неэстетичное и опасное в смысле рассадника для бактерий и микробов. Самое пугающее началось на днях: сверху над ними из десны полез основной резец! Да такой большой! И чешется, и болит. Митяй стал ходить время от времени ко мне и говорить: «Бона!».

Пошли в поликлинику, и детская стоматология показалась мне дворцом!

В холле — аквариум с большими рыбами и пузырьками!!! О! Это же для нас самая лучшая медитация! Обходительные врачи. Выспросили все — от болезней перенесенных и травм до принимаемых лекарств и реакций, что любит, чем отвлечь можно и тому подобное. Первая встреча — сначала Митя все и всех об смотрел и обтрогал, потом дал заглянуть себе в рот, потом проникся так, что дал палочкой во рту потрогать. На этом первая встреча закончилась.

Через день назначили удаление этих огрызков. Все эти дни в доме зубная тематика. Во всем. Говорим о зубах. Играем про них же. Но... меня все равно беспокоит - ну не даст же он свой рот и зубы драть!!! Как его удержать там?????

Лекарства? Врач сказала Супрастин или Тавегил за час до визита

дать... Но там «побочек» — «мама не горюй». И притупляющего действия я не помню от них — нарушение координации было, а вот успокаивать...

Спасибо Тамаре! За поддержку и за информацию!

В назначенный день дома Глицин приняли (я за компанию тоже) и поехали в стоматологию. Зашли в здание, и он сразу к рыбкам, стоял и смотрел, я тихонько ему наговаривала над ухом, что бояться не надо, что все будет хорошо. Еще Глицину приняли. Вышел наш врач, милая женщина, тоже в нашу рыбную тематику влилась и говорит: «Ну, пошли, Дима». Дима за ней и пошел, но вдруг в кабинет не захотел. Я достала книгу с аудио сопровождением: «Смотри, дам в кабинете». Вошел. Сам сел с книгой в кресло. Врач его покатила вверх, посмотрела рот (открыл!). Я подошла, взяла его на руки, обняла руками руки и ногами ноги.

Дальше дело техники и немного силы, потому как и чувствительно, и неприятно: помазали ему десну от чувствительности, потом укольчик обезболивающий в то место, что мазали, тут он кричать стал... держу, на ухо спокойно наговариваю всякое...

Дали водичку, он поплевал, водичку попускали в плевательницу — вроде чуть в себя пришел, укольчик стал действовать и быстренько врач зубики вырвала (брррр), он даже не вырывался -только голову напряг.

Потом рыбки в аквариуме в холле нас «отмедитировали». Я была счастлива, что они там были, и спасибо тому, кому пришла в голову идея аквариум там поставить!

Удачно все прошло и хорошо то, что уже коммуникация налажена хоть как-то. Занимаемся тренировками каждый день, 40 мин. -утром, 30 мин. — вечером.

Иногда на занятии Митя «уплывает», но его можно «вернуть» в ситуацию. У нас появилась еще одна учебная фраза: «Здесь и сейчас!»

— на которую Митя реагирует.

Когда устает или ленится, лезет обниматься и целоваться.

После каждого упражнения даю ему игрушку (механический цыпленок или машинка) — с тех пор, как стали использовать эти «паузы», Митя занимается с большим интересом, чем за поощрение.

Вообще занятия стали в целом интереснее и легче даже для меня — Митя что-то отвечает, спрашивает, делает, эмоции по ситуации показывает. На упражнении моторики придумали ВМЕСТЕ с ним игру новую: он «бежит» пальчиками (указательный и средний) как ножками по моей руке или по боку — я должна испугаться. Проверил эту игру на папе и сестре Кате — понравилось всем.

С Катей у них появились еще совместные игры: прятки, кораблики. Они берут мой старый шелковый шарф, Катя делает из бумаги кораблик, они ставят его на этот шарфик; берутся с обеих сторон за шарфик и делают «волны» — по очереди поднимают и опускают свою сторону шарфа: кораблик скользит-плывет. Могут подраться, а могут обняться.

В быту и общении стал более понимающим и податливым на изменения. Но есть проблемы на улице: трудно вернуть с прогулки домой, даже если устал. Новое поведение с конца этой зимы в магазинах: стал вместе с нами катать тележку с покупками, не вырывается к выходу, даже если устал, не кричит и не тянет; спокойно выкладывает покупки на ленту у кассы и ждет за кассой окончания всего процесса покупки.

Окружающие и мы, родители, видим явный прогресс в развитии Мити. И напрямую динамику развития я связываю с биомедкоррекцией и хелированием нашего ребенка.

## **Уникальная история Паши (Ребенок уверенно идет вперед)**



Я долго думала, с чего бы начать нашу историю. Все это очень тяжело опять вспоминать. Это не просто история, а огромный период нашей жизни, очень печальный период... Поэтому решила начать с приятных моментов.

Паша родился 17 июня 2003 года. Это был один из самых счастливых дней в моей жизни. Я держала его на руках, вглядываясь в его лицо. В голове проносилась целая куча приятных мыслей, мечты, связанные с его будущим. Я представляла, как они с отцом играют в футбол, как дружат с сестрой, как он пойдет в школу, в маленьком костюме – пиджачок и брюки, огромный портфель за плечами и букет в руках, как будет расти, заступаться за сестру, помогать нам и т.д. Я была безумно счастлива, держа его в руках, показывала мужу и старшей дочери, которые стояли под окнами роддома.

Муж прыгал от счастья, а годовалая дочь не понимала, почему папа такой счастливый, почему мама не может спуститься, но она улыбалась, наверное, догадываясь, что происходит что-то очень важное и радостное в нашей жизни. Если бы я знала тогда, что через несколько лет одна очень образованная женщина за 15 минут нашего с ней общения разрушит все мои мечты, объявив самый страшный приговор нам и нашему сыну, который я только могла себе представить. Но об этом позже...

Мы были очень счастливы! Дни проносились незаметно. Пока один ребенок спал – другой ел, и наоборот.

Паша был очень спокойным ребенком. Он отлично набирал вес, развивался как все обычные дети, улыбался, смеялся, изучал все вокруг. Он был веселым малышом, эдакий пухленький, розовощекий карапуз, за что получил в нашей семье прозвище «пончик». У Пашки был отличный аппетит и уже в год он отобрал у меня ложку и стал есть

сам.

Развивался он нормально, я говорю это потому, что буквально год назад моя дочь была такой же и я еще очень хорошо помнила эти счастливые мгновения – первый зуб, первый раз сел, встал, пошел. Мне всегда было с кем сравнить Пашу – с Аней.

Мы исправно ходили к врачам и выполняли все их рекомендации, наверное, этого я не прощу себе никогда... Дальше, коша у Паши начнутся проблемы, мы будем судорожно искать причину его регресса и не находить ее.

Впоследствии, узнав, что большинство случаев аутизма у детей связывают с прививками, я начала изучать нашу медицинскую карту. И вот что я обнаружила: естественно, БЦЖ и прививка от гепатита в роддоме, потом еще через месяц прививка от гепатита. В три месяца мы сдали анализы, и в Пашиной моче было обнаружено немыслимое количество лейкоцитов – 30-32, мы повторили анализ и он волшебным образом показал 0-1. Врачи меня убеждали, что я, скорее всего, неправильно собрала анализ, но я-то знаю, что все сделала как надо.

Я слепо доверяла врачам, и потому были сделаны первые АКДС и полиомиелит (это было 24 сентября 2003 года). Выраженной реакции на прививки не было, но, несмотря на грудное вскармливание, Паша начал болеть.

Впервые он заболел через месяц после прививки, ограничились лишь простудой. Потом еще через месяц – уже простуда, перешедшая в бронхит. И хотя он был еще слабым после бронхита, 10 декабря, через полмесяца после выздоровления, нам делают еще три прививки АКДС+полиомиелит+гепатит.

С рождения в анализах крови у Паши почти в два раза повышен уровень лимфоцитов, но несмотря на это нас все время прививали.

30 января Паше сделали еще раз АКДС и полиомиелит.

К году у Паши иногда стал косить глаз, но окулист нас убедила, что это из-за широкой переносицы и наговорила еще кучу. Мы поверили.

В 11 месяцев Паша первый раз заболел ларингитом, а еще через месяц его обсыпало с ног до головы так, что я даже предположила, что это ветрянка. Оказалось, что это аллергия.

Сын стал постоянно болеть, и нас преследовали аллергии на все... Несмотря на явно ослабленный иммунитет нам сразу после очередной болезни делают Манту, а через три дня ККП.

2005 год стал самым страшным годом в моей жизни...

В феврале муж потерял работу, денег катастрофически не хватало, но все же мы нашли возможность отметить день рождения Анечки. Все было весело и здорово. Мы, конечно, снимали все на камеру.

И теперь, просматривая эти кадры, я каждый раз плачу... Паша там веселый малыш, который танцует со всеми, играет, ГОВОРИТ, обнимает других детишек... это последняя видеосъемка, на которой он нормальный...

На следующий день парализовало мою бабулю, врач сказал, что шансов выжить у нее очень мало, так как ей было уже 83 года и организм был очень слабый. Через несколько дней моя мама падает и ломает себе шейку бедра. Получается, что у меня в одной комнате парализованная бабушка, в другой лежит и не встает мама, в третьей двое маленьких детей. Сестра приезжала мне помогать, но тогда она еще не жила с нами и большинство времени, конечно, я была одна.

Бабушка умерла через неделю. Организуя похороны, влезли в долги.

Мы кладем маму в больницу, и сестра берет заботу о маме на себя, а я везу детей к бабушке с дедушкой в деревню. Сама я хотела пойти на работу, чтобы увеличить наш семейный бюджет, поскольку на новом месте работы мужу платили мало. Я хотела просить свекровь присмотреть за детьми некоторое время.

Возможно, из-за перемены климата или из-за дороги дети заболели, и родители мужа отказались оставить их у себя. Конечно, эта была слишком большая ответственность и нагрузка для двух пожилых людей и они, видимо, только увидев малышей, поняли, что не

справятся. Муж занимает еще денег, и мы возвращаемся.

Мамино состояние безнадежно и ее пребывание в больнице уже бессмысленно. Мы забираем маму домой, и через две недели не стало и мамы...

Наверное, этот рассказ не надо бы писать в книге, но вот потом многие специалисты будут говорить, что причинами аутизма у Паши, возможно, стали и несчастья в семье, и «холодное» отношение родителей.

Я буду еще очень долго себя винить в этом. Вот я мало уделяла времени детям, наверное, что-то просмотрела, где-то упустила, недостаточно учила. Глупо, но, когда с ребенком происходит беда, а специалисты кидают подобного рода заявления, мы начинаем винить себя в первую очередь.

Значительно позже пришло осознание того, что наши семейные проблемы никакого отношения к здоровью сына не имели, ведь у Ани нет аутизма. Я никогда не показывала детям того, что у меня происходит внутри, никогда не плакала при них, наоборот, я старалась играть и веселиться с ними, и возможно, как раз дети и не дали мне сойти с ума в тот год.

Где-то в конце лета 2005 года случился тот самый «первый звоночек». Паша вдруг, глядя в пустоту, заплакал, как будто увидел кого. У него были очень испуганные глаза. Но это быстро прошло и не повторялось какое-то время.

Я заметила, что Паша стал очень пристрастен к творожкам, булочкам, печеньям, хлебу. Когда он ел, он так мычал! Мы хохотали, думали: «Ой, как вкусно нашему малышу». В любое время Паша ел свои любимые блюда и смачно мычал от наслаждения, а потом, не сразу, все было как-то плавно... он перестал нас слышать, когда ел. Перестал во время еды откликаться на имя, а дальше и вообще реагировать. Глядя в никуда, он совершенно по-дурацки хихикал, прямо как полгода назад, только тогда он заплакал, а сейчас идиотски смеялся.

Меня это очень испугало, и тогда впервые на долю секунды У меня пронеслась мысль в голове: «аутизм».

Начались хождения по врачам. Конечно, в первую очередь мы обратились к ЛОРу, у Паши из-за частых болезней увеличились аденоиды, и мы предположили, что это может влиять на слух. Нас направили в сурдоцентр для проверки слуха, оказалось, что со слухом все в норме. Врач рекомендовала нам лечить психику ребенку. Меня это возмутило. Паше психику? Я не хотела думать об этом.

Но дальше он стал ходить на носочках и мы направились к неврологу. Она меня убеждала, что все это ерунда. На все мои тревоги она находила успокаивающие ответы.

Паше было два года, его речь не развивалась как у Ани, но доктор тут же сказала, что все индивидуально и даже у одной мамы не бывает двух одинаковых детей, тем более, что мальчишки всегда начинают говорить позже.

Логопед говорила то же самое: «Да успокойтесь вы, заговорит. Сейчас вообще дети поздноговорящие!»

Все эти похождения к врачам занимали кучу времени, а результатов не было. Врачи меня убеждали, что все хорошо, муж не видел проблем. Да оно и ясно, ведь он много работал, а я с сыном — 24 часа в сутки. Я не унималась и продолжала искать причину происходящего.

К трем годам Паша стал уже «подвисать» не только во время еды, но и просто так. Мы никак не могли приучить его к горшку. На его дне рождения это уже стали замечать даже друзья: «А чего это он в себя так уходит?» И действительно, он уходил в себя. Склоняя голову на бок, задумчиво замолкал с абсолютно отрешенным взглядом. Эти «уходы» становились все чаще.

Мы не находили понимания у бесплатных врачей и потому стали искать платных специалистов. Мы поехали по совету друзей в платную поликлинику при ЦКБ имени Н. А. Семашко. Вот что записал врач в нашей карточке: «Жалобы на позднее становление речи, утрачен в 3

года дневной сон, в последнее время приступы возбуждения с хождением на носочках, есть элементы эмоционального мычания. Диагноз: ЗРР, недоразвитие артикуляционного аппарата, синдром гипервозбудимости, проявления невротического развития на фоне крупноголовости».

Доктор назначил нам Нотту и обследования головы (УЗДГ, ЭЭГ, ЭХОЭГ).

Мы пили Нотту, но результатов не было. Пока мы ждали своей очереди на обследования, с Пашей приключилось еще одно несчастье. Он упал с эскалатора. Жутко, прямо лицом вниз. Обе руки и живот были поцарапаны, нижняя губа пробита. Это был просто кошмар. Я с окровавленным ребенком бежала по огромному торговому центру в поисках кабинета врача. У доктора, когда он нас увидел, затряслись руки. Я сама оказывала первую помощь сыну, дочь за дверью рыдала...

Паша довольно быстро поправился. Но теперь он начал скакать на носках и жутко выть при этом. Он носился из комнаты в комнату, и его невозможно было остановить, никого он не видел и не слышал в этот момент. Наступила критическая точка. Теперь даже у незнакомых людей на улице не возникало сомнений, что с ребенком не все в порядке.

УЗДГ и ЭХОЭГ были в норме, а вот после ЭЭГ женщина, которая проводила исследование, как-то странно глядя на нас, отвела к психоневрологу. И опять изнуряющий рассказ о развитии ребенка с самого рождения до сегодняшнего дня. Сколько же раз мне приходилось рассказывать нашу историю врачам и другим специалистам. Выслушав нас, психоневролог написала вот что: «в течение года стал неустойчив в настроении и поведении, то задумчив, то хохочет. Появился регресс в поведении — почти утратил речь. Избегает вербального общения, играет один, в возбуждении ходит на носочках, часто мычит, кричит без причины. Диагноз: Эндоформное состояние с регрессом речи с аффективной неустойчивостью на фоне

резидуально-органической недостаточности ЦНС. Назначен Кортексин, Галоперидол, микстура с цитралью».

Для начала мы пропили микстуру с цитралью, а потом прокололи и курс Кортексина. Зачем? Да от собственной неграмотности, от отсутствия информации, от того, что врачи убеждали, а мы, как дураки, верили им.

Это «лечение» тоже не дало никаких результатов. Я не знала, что делать дальше? Начали искать специалистов через знакомых, людей, которым можно доверять, которые имеют большой опыт. И нашли...

Все описанное выше больше похоже на хронологию событий. Я же хочу рассказать, что я чувствовала тогда, хотя трудно найти слова, чтобы передать это.

Может быть, их даже и нет, таких слов, а все это надо просто пережить, начиная с тех счастливых моментов, когда мать вынашивает и ждет прихода в жизнь своего малыша. Я любила его, еще не родившегося, и мечтала, как он придет в жизнь для радости, а вот теперь при этом состоянии ребенка эти свет и радость, которые освещали мою жизнь, начинали угасать. И я при всем своем желании не могла ничего изменить. Как это было невыносимо больно... Это могут понять только люди, которые с этим столкнулись.

Моя паника вела меня по врачам, которые, как я считала, обязательно помогут, но этого не происходило.

Мне казалось, что они меня не слышат или не хотят слышать.

Мое чувство вины и беспомощности перед происходящим меня уничтожали. Я металась и видела, что ребенка я теряю безвозвратно. Я понимала, что ему плохо и не могла помочь.

Паша, мой любимый и дорогой сын, ускользал от меня все дальше и дальше. Это происходило невыносимо медленно и долго. Тянулось, как мне тогда казалось, вечность... И я была с этой мукой и неизвестностью один на один. Изо дня в день я судорожно искала помощи и не находила, смотрела ему в глаза, и сердце разрывалось на

части от боли, и со всем этим мы жили уже почти год. Почти год прошел от первых моих подозрений до очевидных необратимых проблем.

Сначала Паша начал «глохнуть», не реагируя на меня. Затем у него пропала речь. Я очень хорошо помню, как он изображал всех животных, как говорил фразами, как играл с другими детьми. Все это ушло.

Теперь он просто тянул меня за руку и мычал. А вскоре он начал скакать как ненормальный, мычать, кричать и уже не слышал нас вовсе. Но я продолжала ходить и говорить с ним, он не реагировал, а я говорила и говорила с ним в надежде, что он меня услышит.

Порой возникали мысли, что в ребенка вселился бес. Это было очень страшно, просто жутко. Признаюсь честно, я даже обращалась к целителю. И возникали мысли обратиться к бабушке... Наверное, от постигшей меня безысходности. Но и такое было. Сейчас я понимаю, что мне надо было услышать все то, что я услышу совсем скоро. Я в глубине души уже была уверена, что мне рано или поздно скажут что-то ужасное, и, тем не менее, мне нужно было знать, что с ним, чтобы знать, с чем мне предстоит бороться. И это произошло...

Была зима, настоящая, русская с неповторимым сверканием снежинок, переливающихся на солнце, с огромными сугробами и хрустящим под ногами снегом. Воздух буквально звенел. Этот день во всех мельчайших подробностях я буду помнить всю свою жизнь... Настроение было великолепное, муж договорился через родственников о встрече со специалистом. Прямо скажу, не просто специалистом, а кандидатом медицинских наук!!! У нее огромный стаж работы, она читает лекции студентам медицинского университета. Она точно поможет нам понять, что творится с сыном и как ему помочь. Консультация у нее стоила совсем недешево, но мы готовы были выложить любые деньги за спасение своего ребенка.

Пролезая через сугробы, мы наконец-то дошли до самого дальнего здания, находящегося на огромной территории детской



психиатрической больницы. Там нас и встретила госпожа Р. (имя этой женщины я тоже запомнила на всю жизнь, оно отпечаталось навсегда в моей голове, но для читателей это неважно, тем более у многих есть своя госпожа Р.). Это была милая женщина лет пятидесяти, с непроницаемым лицом, и она объявила приговор моему сыну и нам с мужем. Для того, чтобы определить его состояние ей понадобилось пятнадцать минут. Она сказала, что у Паши или аутизм, или шизофрения, или органическое поражение головного мозга! У меня оборвалось все внутри... Как же так??? Мой малыш... этого не может быть... с чего??? почему???

- Он же... такой... такой красивый, милый и добрый...

— Это потому, что он еще маленький. Вырастет и ничего этого не останется, только болезнь.

-??!!...(я почти плачу)

— у вас есть старшая дочь, вот ею и занимайтесь. А здесь поставьте крест! Ваш сын вряд ли заговорит, он не сможет ходить в сад, а тем более в школу!

— Неужели нет никаких шансов ему помочь???

— На моей памяти, а я здесь работаю уже 20 лет, был только один мальчик, который заговорил после пяти лет и потом смог учиться в коррекционной школе.

Земля начал уходить у меня из под ног...

— Мне советовали обратиться в НЦПЗ к профессору Б. Может, она поможет?

— Да, она единственный психиатр у нас в стране, специалист по детям раннего возраста. В России не диагностируют аутизм раньше четырех-пяти лет.

Она предложила нам положить Пашу в их больницу, но перспектива отдать сына на два месяца, одного, даже не рассматривалась нами.

Я схватила сына и направилась к двери. «Вы не волнуйтесь, сейчас

много разных лекарств существует, да и психиатрия не стоит на месте!» — говорила Р.

Напоследок она посоветовала мне купить книгу «Как жить с больным ребенком» и пообщаться с подобными мне родителями.

Я подняла глаза, над ее головой висел плакат «Думай, когда говоришь! Думай, что говоришь! Думай, кому говоришь!», и это врезалось мне в память.

Я не помню, как мы дошли до машины, я ничего не видела от слез. Пашка мирно сопел на заднем сидении. Я, глотая слезы, наблюдала все ту же прекрасную зиму. Все также было красиво вокруг, на небе уже покраснел закат, природа была неизменно прекрасна. Вот только моя жизнь уже никогда не станет прежней. Мир остановился. Я еле сдерживала себя, чтобы не завывать, и не могла посмотреть мужу в глаза. Он ехал с абсолютно черным лицом, не отрывая глаз, следил за дорогой, только Богу известно, что творилось тогда в наших сердцах.

Мы были совершенно беспомощными, оказавшимися безоружными перед лицом страшного врага. Что делать? Как быть? Никто из нас не знал.

Я помню, что позвонила сестре. И долго рыдала ей в трубку... Она кричала мне: «Что случилось???» Но я не могла произнести этого приговора вслух...

Со мной уже был такой ступор один раз. Когда мне было 15 лет - умер мой отец, учительница попросила сведения о месте работы родителей, я ничего не написала. После урока она подозвала меня к себе и еще раз задала свой вопрос. Я задыхалась, но не могла произнести два слова, всего два - ПАПА УМЕР. И вот сейчас слова застряли у меня в горле, казалось, я сейчас задохнусь. Я несла что-то несвязное и невнятное, про то, что мы сегодня услышали. Когда я наконец-то смогла выдавить из себя Пашин диагноз, сестра замолчала...

Потом она стала меня успокаивать, только моя сестра всегда знает,

что говорить в такой ситуации. Она говорила и говорила... Я почти не слышала ее, голова уже начала худеть от слез и боли, я практически валилась с ног. Напоследок Наталья сказала:

— Скажи мне, что надо сделать? Чем я могу тебе помочь?

— Я не знаю... чем тут сможешь...

— Надо попасть к профессору Б.?

— Наверное... я больше не знаю к кому обращаться, говорят, она самая лучшая и может помочь.

— Значит, мы попадем к Б. И прекращай реветь, что-нибудь придумаем.

Надо сказать, что реветь я не прекращала еще недели две. Закрываясь от детей, я выла и днем и ночью.

Эти вопросы, наверное, задавали себе все. За что??? Почему это случилось с Пашей? Мои мечты рухнули... все... разом. Я больше не видела счастливого будущего, я вообще боялась думать о том, что будет с сыном. И, конечно, терзало бесконечное чувство вины.

Но в один прекрасный день, я сказала себе - хватит. Моему сыну плохо и может стать еще хуже, пока я тут реву. Хватит себя жалеть! Я не имею на это права. Моему ребенку нужна помощь и кроме родителей ему никто не поможет. Профессор Б. - значит, мы пойдем к ней. Надо сказать, что попасть к ней было очень тяжело, запись была на полтора года вперед. Но благодаря моей сестре мы попали. Через чьих-то знакомых мы попали на консультацию к ученице профессора Б. уже спустя две недели, и она предложила нам обследовать Пашу у них в стационаре. Она заверила нас, что профессор Б. тоже будет принимать участие в обследовании. Я была счастлива, и мы согласились, поскольку это был полустационар, что-то вроде детского сада для детей от трех до семи лет.

Когда мы начали сюда ходить, то мне рассказали, что это единственная в своем роде лаборатория и нигде в России больше нет ничего подобного. Мне обещали, что через год Паша пойдет в

коррекционный сад и все будет отлично, что у него хорошие шансы — ведь ему всего 3 года 10 месяцев.

Несмотря на такую рекламу, когда я в первый день привезла Пашу и оставила его на один-два часа, чтобы он привыкал, я сидела и плакала. Я понимала, что оставила беспомощного ребенка, который ничего не расскажет... В этот момент вышла профессор Б. и успокоила меня. Она сказала, что посмотрела Пашу, что я большая молодец, и у нас все будет хорошо.

Группа состояла из восьми-двенадцати человек. Мы приводили детей к 8 часам и забирали в 17.00. Дети там завтракали, гуляли, занимались, обедали, спали. Через две недели мне сказали, что Паше надо начинать давать лекарства. Я была против! Какие лекарства? Надо сначала понять что это? Обследовать! Но мне ответили, что уже понятно, что у сына аутизм. И ребенка надо лечить, и чем раньше начать, тем больше шансов на выздоровление.

Я тогда еще не знала, что все лечение у психиатров заключается в подборе лекарств. Они дают одно и наблюдают, если не помогает, начинают давать следующее и т.д. Вот такой эксперимент у «светил» для поиска волшебной таблетки от аутизма, а подопытными кроликами здесь выступают дети!!!

Мы ездили туда каждый день... Вставать приходилось в 6 утра, дорога занимала полтора часа в один конец. Я оставляла Пашу и ехала домой, а в 15.00 ехала назад его забирать, и в 18.00 мы были дома.

И так каждый день. Пашка сильно уставал. Меня совершенно убивали тамошние педагоги и занятия абсолютной ерундой. Я рассчитывала, что заниматься с такими детьми должны совсем иначе.

Дети в группу разные ходили, Паша был самый маленький. Все остальные были от пяти до семи лет. Некоторые ужасно орали, какой-то кошмар! Но врачи их быстро успокаивали, давая нужные лекарства. Была там одна девочка шести лет, которой уже начали колоть Аминазин, потому что ничего уже не помогало. Наступило и наше время

пить лекарства, которые должны были помочь Паше. И мы их пили, и ничего не происходило, но мы продолжали их пить...

Потом настало время летних каникул, а в сентябре нас убедили ходить еще «заниматься». И мы согласились, а ведь альтернативы-то не было.

Но Паше сменили лекарство и, забирая вечером его совершенно отключенного, мне хотелось плакать... И я плакала... Мы стали пропускать наши «занятия» под любым мало-мальски благовидным предлогом, но искать их особо было и ни к чему, потому как Паша стал очень часто болеть и у него очень сильно увеличились аденоиды. Наверное, это ужасно звучит, но я была рада. Когда Паша начинал болеть - не надо было ехать в Центр. Меня, правда, потом очень сильно ругали, что «мы тут вам место держим, а вы не ходите». Да и родители других детей меня убеждали (а надо сказать, родители все были очень милые люди), что нельзя пропускать, а то нас выгонят. И куда мы тогда пойдем?

Но я все больше и больше убеждалась, что не хочу туда ездить и не хочу собственноручно травить сына нейролептиками и ноотропами. Мы продолжали болеть, собирать анализы для удаления аденоидов, правда, мы так и не стали их удалять, но это оправдывало наши пропуски.

Потом у меня началась депрессия и я стала задыхаться в транспорте, весь мой организм кричал – не поеду!!! Моего ребенка там просто гробят!!! Это был февраль или март, не помню уже, но терпения моего уже не было, и за то, что я не даю ребенку лекарств и мы мало ходим, нас выгнали.

С одной стороны я была в замешательстве – куда идти дальше? Что я буду делать? В центре сказали, что резкая отмена лечения нейролептиками опасна, но я чувствовала огромное облегчение. Я инстинктивно понимала, что делаю правильно. И пусть меня жалели родители других детей, но я уже сделала выбор. Я поняла, что мой

больной ребенок никому не нужен кроме меня, и что я буду искать другой способ лечения. Если нужно, поеду за границу, на край света, куда угодно, но к психиатрам я больше не вернусь.

К счастью, Паша отлично пережил отмену лекарств, он стал веселее и общительнее. Настроение у него было отличным. Больше он не был похож на растение, как во время приема лекарств.

Мы с мужем взяли кредит и купили компьютер. Теперь у нас наконец-то был интернет. И свершилось чудо, я узнала, что есть специальная диета для аутистов, и что аутизм лечится, и что есть масса случаев восстановления детей. У меня появился шанс помочь своему ребенку!

Раньше все дороги вели к Б., как нам говорили, единственному человеку, который работает с аутизмом в России. Это твердили везде, и сперва я услышала это от Р., потом в нашем районном психолого-педагогическом центре, потом через знакомых меня представили психологу, преподавателю МГУ, профессору А. Протестировав Пашу, профессор А. высказала предположение о том, что у Паши, возможно, действительно аутизм, но вот лично она с профессором Б. занимались с одной девочкой-аутисткой и они практически вылечили ее... Но я уже не «повелась» на подобные предложения, поскольку попытка использовать такой «шанс» уже была и вот теперь передо мной открывались новые горизонты, новый и единственный, действительно единственный шанс. Паше в это время было уже пять лет.

Теперь я читала и читала интернет и была потрясена этими рассказами и сходствами проблем у наших детей! В каждой истории я видела своего сына, как это возможно? Столько детей, на разных континентах, а все как у нас?

Буквально через несколько суток непрерывного чтения я уже точно знала, что это наш путь, по которому мы будем идти, чего бы мне это не стоило! Потому что впервые в жизни моя интуиция, сердце, логика, сопоставив все «за» и «против» кричали, что вот оно - свершилось! Путь

найден!

Надо сказать, что путь этот был не легкий, во многом меня пугающий, неизвестный, требующий бросить весь наш привычный образ жизни, кучу времени, здоровья и еще много чего на карту... но за ним было самое главное в моей жизни – выздоровление и жизнь моего сына.

И я сделала выбор, не задумываясь. Я бросила все, что у меня было, на карту. И пока ни разу, а прошло уже более двух лет, об этом не пожалела.

Все оказалось намного сложнее, чем я думала, и порой приходилось перечитывать по несколько раз одно и то же, чтобы понять и хоть как-то уложить это в своей голове. И я читала и читала, записывала и перечитывала. Но ни разу не засомневалась в том, что диета нам нужна, и в том, что я действительно буду это делать.

И вот я начала постепенно вводить диету. Сначала убрали все сладкое, затем глютен, затем казеин. Я бы не сказала, что мой ребенок очень сложно это пережил. Однако многие мои друзья до сих пор не понимают, чем же я его кормлю. А вместе с тем у Паши был всегда отличный аппетит, и сейчас он стал есть в два раза больше.

Потом пошли непереносимости, я даже представить себе не могла, сколько продуктов не переносит мой сын. Анализы, которые мы сдали перед началом диеты, а сдали мы их немало, не показали той картины, которая была на самом деле.

Проснувшийся организм стал реагировать на то, на что не реагировал раньше. Проявились аллергии, я увидела, что многие продукты не перевариваются, что печень не справляется с выводом всей дряни. И я снова читала и читала. Меня спас наш форум «Аутизм. Помощь родителям». Это – кладезь информации и бесценного опыта других, более опытных родителей. Он спасал меня каждый день, я знала, что меня там всегда поддержат и поймут, помогут советом или просто добрым словом, потому что там такие же родители, как и я, с

такой же бедой и с таким же желанием и стремлением спасти своего ребенка. Я теперь не чувствовала себя одинокой.

Из-за непереносимостей список наших продуктов стал потихоньку редеть и дошел всего до двенадцати продуктов, и до сих пор их всего двенадцать.

Это было не сразу, путем многих проб и ошибок. День даю что-то новое, не переварил, убрали, пару дней все хорошо, всунули опять чего-то попробовать и снова убрали, и снова читать и читать. И ошибка за ошибкой, и прокол за проколом. Наш путь был извилистым: порой мы весело шагали вперед, а потом откатывались назад, потом еще два шага вперед и один назад. Но главное, что теперь я чувствовала, что этот путь правильный. Раньше, чтобы я ни делала, я всегда сомневалась. Теперь же я точно знала, куда иду и зачем. Я не знала когда именно, но точно знала, что наступит тот самый счастливый день, когда мы избавимся от диагноза. И все это потому, что улучшения, хоть и не так быстро, как бы мне этого хотелось, но наступали.

Мы с мужем наконец-то перестали испытывать постоянный стресс, выходя с ребенком на улицу. А раньше это было о-о-о-очень нелегко, Паша мог ринуться бежать неизвестно куда, а ему было все равно куда и зачем, он просто бежал. Его нужно было постоянно спрашивать, не хочет ли он в туалет, а чаще просто приводить в туалет на всякий случай, иначе он сам не скажет. Нас ставили в тупик постоянные непонятные истерики без повода, прыжки и выкрикивания.

Паша не понимал, маленькие дети или большие, мог запросто толкнуть малыша. Он был неуправляемым, делал все непредсказуемо и все это требовало постоянного контроля. Да, много всего было, я уже и не вспомню, честно говоря, и не хочется вспоминать это.

Уже через два-три месяца диеты мы забыли все проблемы, связанные с туалетом. А потом мы совершенно неожиданно поймали себя на том, что теперь уже спокойно ходим по магазинам.

Надо сказать, что параллельно с лечением сына мы занимались и



его образованием. И здесь наша история тоже длинная и тернистая. В самом начале у нас был опыт занятий в группе с обычными детьми. Но Паше там было тяжело. Где-то он хорошо соображал, а где-то вообще не понимал, чего от него хотят, да еще и не говорил ничего вдобавок. Мы блуждали по разным центрам и всяким «светилам», консультировались у нейропсихологов, занимались сенсорной интеграцией, рисовали, занимались индивидуально и в группе с особыми детьми. Но потом, благодаря Тамаре Кимельман — администратору нашего сайта, мы познакомились с АВА.

И, о чудо, мой сын смог выучить цифры, буквы, кучу слов, да просто смог понимать простые просьбы и отвечать на них.

Сейчас, пройдя и попробовав многое, я выделила для себя три главных вещи:

Первое — это основа для всего остального: диета и биокоррекция. Ничего не вышло бы у меня и у Паши, не будь он на диете.

Я помню, как еще до того, как я пришла на сайт, у меня сдали нервы, и я продержала сына сорок минут на руках. Он вырывался, а я его просила: «Скажи — пусти!». Но он молчал, и все закончилось тем, что я плакала, а он не понимал, чего я от него хочу.

Я «вдалбливала» ему названия животных, которые он знал когда-то, а он молчал. Не знаю, как у других, но у нас лично без диеты ничего бы не вышло.

Второе — это АВА. Тренировки, которые действительно очень помогают моему сыну. Я много читала книг, многое пробовала сама, что-то мы пробовали в различных центрах развития, но вот конкретных результатов не было. Я вообще стала сомневаться, сможет ли мой сын когда-нибудь запомнить буквы и цифры... А смог! И еще много чего сможет.

И третье — это игра, обычные дети учатся этому сами, наших же надо учить этому заново. Сначала с родителями, потом с педагогом, потом в группе с обычными детишками.

А затем интегрировать в обычную школу. Я просто убеждена, что детей особых надо интегрировать в обычную среду, они это могут потянуть. Но опять же при условии диеты, биокоррекции и коррекции с помощью АВА.

Наша история еще только в начале, нас еще многое ждет — хелирование, антивирусная терапия, барокамера и другие терапии, постоянные занятия и борьба за права наших детей у нас в России. К сожалению, в нашей стране детьми аутистами не хотят заниматься на государственном уровне, нет никаких программ помощи и специалистов по обучению.

Но зато я могу сказать «спасибо» многим великодушным, добрым и абсолютно бескорыстным людям, с которыми столкнула нас жизнь. Я безмерно счастлива, что они есть, и я так рада, что я не одинока!

Я хочу сказать огромное спасибо моему мужу за его невероятное терпение и моей сестре за то, что она думает и чувствует так же, как я, и за то, что она вместе со мной.

Я благодарна всем моим родным, которые каждый по-своему поддерживают меня.

И моей тетушке, которая будучи психиатром, всецело поддержала меня в плане диеты.

Я счастлива, что у Паши есть крестная, которая каждый раз на праздник готовит для него что-то вкусное из того, что ему можно, да просто потому, что она любит его такого, какой он есть.

Спасибо всем моим друзьям, что готовы всегда прийти на помощь и не приносят в дом конфет и всякой всячины, как обычным детям.

Я благодарна Тамаре Кимельман за сайт, что вытащила меня из того ужаса, в котором я была, но главное—за АВА, которому я бы не смогла нигде научиться, если бы она не начала проект «АВА на дистанции» на сайте, чтобы им могли воспользоваться те, кому это необходимо. Но самое главное, за ее огромное не безразличное сердце и поддержку, когда совсем тошно, и за бесчисленное количество мудрых советов, и

за то, что понимает меня лучше всех остальных, за ее неистребимое чувство юмора; неистощимую способность находить позитив во всех ситуациях; способность несколькими простыми и понятными словами сформулировать суть вещей, которую никто больше не может донести до понимания; и даже за ее жесткость, используя которую она не позволяет распусться и сложить лапки, сдаваясь в этой борьбе.

Я благодарна нашему форуму и всем девочкам, которые стали для меня семьей и спасительным кругом, а также всем людям, которые любят Пашу, а он их!

## **Часть VII. Дневник бабушки**

### ***Апрель 2003***

Я всегда была мамой с руками-крыльями, чтобы простирать их и закрывать от беды мою дочь, но теперь, когда она уже выросла, я не в силах ей помочь, как в детстве.

Сегодня Лена сказала мне, что они с мужем устали и ничего не будут делать, чтобы постараться родить ребенка. Она так и сказала: «Мой муж сказал, что мы еще молодые. Он женился не на ребенке, а на мне, и ему все равно, есть у нас дети или нет! Он любит меня!»

Я подумала, что это правильно и поддержала ее, а у самой сжалось сердце, хотя Лена выглядит хорошо, довольна.

### ***Май 2003***

Хотя май был такой богатый на события, но главное судьба преподнесла нам на десерт! Лена беременна, будет ребенок! От этого все в голове перемешалось, хоть бы его сохранить.

### ***Октябрь 2003***

Вроде все идет потихоньку, ребеночек развивается. Отметим мое пятидесятилетие. Впервые за столько лет у меня прекрасное

настроение, вот только оба наши будущие мама – папа безработные. Ну, Лена ладно, беременна и тяжело все протекает, так куда ей сейчас работа, а вот зять! Молодой инженер и нигде в Швеции даже на интервью не позвали! Ищет работу в Германии, но пока безрезультатно. Вот теперь из-за этого переживаю, но главное – будет ребенок! Лена счастлива!

### ***Ноябрь 2003***

Зять уехал на работу в Германию. Лена пока осталась у нас на месяц. Ходить она не может, лежит в бывшей своей комнате. Ставят диагноз симфизиопатия, но тут в Швеции считается, что это нормально. Я перерыла весь интернет, говорила с моей подругой из Эстонии, потому как это не шутки. При родах может произойти травма костей и останется калекой на всю жизнь. Надо делать кесарево, а как? Тут ведь врачи делать не станут, а она еще и в Германию в конце месяца хочет уехать. Боже, как страшно, сил нет. Лена все время лежит, я ей даже в туалет ходить не разрешаю. Днем папа с ней, вечером я, а ночью она мне по телефону звонит в спальню. Я встаю и подаю «ночную вазу». Устала бешено от всего: от ночей, от мыслей, что с Леной и ребенком будет, коли она не разродится, а просто разломается. Она ростом 152 см, моя девочка, а муж ее большой и ребеночек будет большой, хотя вот пока не видно особо.

### ***Декабрь 2003***

Вот и Лена уехала в Германию, она сама собиралась и сама ходила. Я ведь все перерыла в интернете и нашла в «мировой паутине», что симфизиопатия – это от недостатка кальция! Нашли тут в аптеке кальций с витамином D и еле уговорили ее начать принимать два раза в день. Чудо произошло, за несколько дней боли стихли и пошла моя девочка! Пошла, моя радость жизни! Все будет хорошо... А все равно боязно, но ведь боль ушла!

### ***Начало января 2004***

Только вернулись от детей из Германии. Привели в порядок их квартиру. Они ведь как переехали, так все месяц в ящиках и простояло! Вместе все разбирали, купили все недостающее, расставили мебель, развесили все по местам, разложили по полкам и стали ждать. Немцы сказали, что будет девочка. Я мечтала о внучке, она мне даже снилась, и вот девочка будет.

Как приятно было вместе с детьми обустроить их квартиру, расставлять мебель и развешивать все! В Новый год загадала главное желание, чтобы роды у Лены прошли хорошо.

Какие замечательные у нас дети! Дочка моя все еще немного ребенок, хоть ей и 27 стукнет скоро, но она такая нежная, милая, умная, а зять - ну просто родной человек! Приятно, когда такие добрые и открытые отношения. Долго они ждали свою девочку, пять лет, но дождались! Родится красивейший на свете ребенок -самый долгожданный и любимый на земле!

### ***Середина января 2004***

Лена была у врача, девочка не перевернулась, сидит на попке. Будут делать кесарево. Как все счастливо устроилось! Теперь не надо думать о родовых травмах мамы и ребенка. Я обожаю немцев! У них лучшая медицина в Европе.

### ***Февраль 2004***

Приехали с мужем домой, были месяц у детей. Помогали им. Они назвали девочку Александра Тамара Аурель, соединив наши с мужем имена с ее именем! Аурель — редкое французское имя, от аурум — золото. Действительно, золото! Девочка спокойная, такая красивая, а Лена такая заботливая мама. А зять какой молодец — крутится за двоих и еще работает.

### ***Май 2004***

Приехали очередной раз из Германии, мотаемся туда каждые две недели, голова кругом. В конце марта забрали и увезли Лену с дочкой к себе. Лена болела, был мастит, молока не хватало и девочка теперь на искусственном вскармливании, но и к лучшему; потому что Лена очень устала.

В апреле справляли у нас первые четыре месяца жизни Аурель. Позвали всех родственников. Девочка чудесная, гулит, улыбается, спокойная. Правда, Лена с ней одна не справляется. Леночка устает, ведь девочка тяжелая, весит много.

### ***Август 2004***

Дети снова у нас. Девочка растет и развивается, просто замечательная. После возвращения домой Лена пойдет на курсы изучения немецкого языка. К ней приедет ее подруга из Калининграда, тоже хочет совершенствовать язык. Они собираются разделить День: утром Лена на курсах, вечером подруга. Обеим выгодно.

### ***Октябрь 2004***

Вернулись от детей. Подруга уехала и решила не возвращаться, там у нее парень остался. Дело молодое, поехала назад.

### ***Январь 2005***

С помпой справили первый день рождения Аурель. Были все родственники и друзья. Какое было счастье! Аурель общалась со всеми. Она была просто как чудесная кукла! Я привезла из Питера американское платье, таких в Швеции даже не увидишь, ну разве что для королевских особ. С Аурель нянчились все, и она была спокойная и приятная, а я просто счастлива, что еще нужно: любимая внучка, любимая дочка и любимый зять. Мы с мужем хоть и устали сильно, но

были довольны.

### ***Май 2005***

Мы были в Америке на свадьбе. Боже, какое действо! Но, кроме этого, повидали самых близких родственников мужа. Гвоздем программы, конечно, были фильмы об Аурель, там, где ей папа читает книжку, и она реагирует на каждое предложение, там, где она говорит по телефону, там, где она смотрит вместе с Леной фигурное катание и потом, отключив попку, показывает как фигуристы едут назад!

Я всем рассказываю как она в 11 месяцев, увидев по ТВ мой фильм про нас, посмотрела на меня на экране, а потом на меня, сидящую на диване, и спросила озабоченно: «А какая баба тут?».

Все в Америке было интересно и весело, мы вернулись с кучей подарков и первое о чем спрашиваем: «Что нового говорит Аурель?» «Ничего», — чуть раздраженно отвечает Лена. Ладно, три языка, Лена дома говорит по-русски, зять по-шведски, а немцы на улице по-немецки! Вот и причина.

### ***Август 2005***

Какая удача, Лену приняли на «медицину» в университет. Сбудутся моя и ее мечты — она будет врачом! Все прекрасно, а девочке нашли няню.

### ***Март 2006***

Странное чувство, как будто что-то идет не так. Лена рассказывает, что Аурель ей что-то говорит, но я ничего от ребенка не слышала. Пошла с девочкой погулять. Было просто жутко! Сперва я долго раскачивала ее на качелях, при любой попытке снять ее с качелей был крик. Это продолжалось целый час, я замерзла и, наконец, удалось ссадить ее с качелей. Пошли домой, а она вырывается и бежит, куда глаза глядят. Была вынуждена нести ее домой всю дорогу. Она кричала

и вырывалась.

Такое поведение Аурель было не совсем новым. Качели она всегда обожала, а вот идти туда, куда надо... Я вспомнила, что, когда ей был только 1 год 7 месяцев, мы были все вместе на даче у сватов. Аурель проснулась рано, и я стала с ней заниматься. Чтобы дать всем отдохнуть, я взяла Аурель и вышла с ней из дома. Она была очень рада и сперва помчалась кидать камешки в море с мостков, я надела на нее спасательный жилет, чтобы, если я ее не удержу и она упадет в воду, это не обернулось трагедией.

Пока мы кидали камешки, все было приятно, но потом Аурель рванулась и побежала прямо по дороге. Там это было не опасно, но ни на какие мои призывы она не реагировала и я пошла за ней. Аурель бежала довольно быстро, так что я была вынуждена тоже бежать. Когда я ее догнала и пыталась повернуть, мне это не удалось. Она вырывалась и неслась по дороге, а я за ней.

Мы пробежали более 2 км и выскочили на дорогу, где уже было автомобильное движение и существовала реальная опасность. И вот тут до меня наконец-то дошло, что Аурель с маниакальным упорством движется к единственному поселковому магазину, и оттуда мы с ней назад не дойдем, поскольку она будет не в состоянии идти, а я не в состоянии ее нести.

Я помню мой ужас, и раздражение, и бессилие, что меня охватили. Я брала ее на руки, но она брыкалась и орала, выскальзывая у меня из рук. Спасательный жилет был скользкий, и в нем она была такая толстая, что мне было невозможно ее удержать. В этот ранний час людей вокруг не было, но это было только к лучшему. Когда очередной раз она вырвалась у меня из рук и упала на дорогу, я уже была в отчаянии и не дала ей подняться, а покатила ее по дороге, как сверток. Она затихла и я прокатила ее метров пять. Потом я подняла ее, отряхнула, взяла за руку. Мое сердце билось где-то в горле, я была потрясена таким упрямством, но когда я пошла, она пошла за мной



туда, куда было надо. Мне, наконец, удалось снять с нее жилет, и я успокоилась. Дорога домой была не близкой, но я уже надеялась, что все позади.

До нашей дачи оставалось не так далеко, когда Аурель неожиданно рванулась и, освободившись, бросилась к какому-то дому. Инстинктивно я крикнула: «Аурель!» — и потеряла время! Дальше все было как в плохом сне, Аурель неслась впереди, а я сзади, и не успевала. Она летела прямо к мосткам, дом был как раз на берегу, а я этого не учла.

Я не помню, как я ее догнала и схватила как раз там, где был зазор сантиметров в двадцать между мостками. Видимо, страх за нее придал мне силы, и я сумела ее приволочь на берег. И вот тут началось самое ужасное. Я говорила ей, что надо надеть жилет и потом идти, а она отбивалась, вырывалась и бежала обратно к мосткам, а я ее оттаскивала назад. Мне казалось, что время остановилось, и боковым зрением я увидела, что нас ищет сват, но кричать не было сил, а ему в голову не приходило, что мы можем быть за этим домом, ведь нас не видно было с дороги.

Сколько времени заняла эта борьба, я не помню, но я ухитрилась нацепить на нее жилет и примотать ее руки к туловищу жилетными ремнями. Я практически волоком вытаскивала ребенка на дорогу, когда увидела моего мужа, он бежал в нашем направлении. Это было избавление.

Я посчитала, что оба эти случая — детское упрямство и подумала, что Аурель «перерастет».

Потом я стала анализировать собственное поведение, и в обоих случаях мне было стыдно: и за то, что я не справилась с маленьким ребенком ни тогда, ни сейчас, и за то, что готова была ее побить, когда ловила и тащила. Мне даже казалось, что это мое раздражение было причиной такого поведения ребенка!

Но меня не покидало ощущение, что все как-то совсем плохо, но вот

что все, я не могла сформулировать. В первый раз меня посетила мысль, что может быть ребенок и не заговорит никогда и что-то безумное было в ней, а что, я объяснить не сумела.

### ***Август 2006***

Аурель пойдет в детский садик. Няня отказалась работать у нас, новой нет, но мы как-то все восприняли с воодушевлением. Аурель встретит детишек и начнет нормально развиваться.

### ***Декабрь 2006***

С ноября Аурель у нас и ходит в частный детский садик.

Теперь я знаю, что с ней, она - аутист и знаю, что надо делать -диета и биокоррекция.

Нам повезло, что в садике есть воспитательница, сын которой тоже аутист. Ее зовут Элизабет, и она сразу заметила все проблемы у Аурель и отнеслась к ней с большой жалостью и пониманием. На первой встрече персонала садика с родителями она в разговоре очень осторожно спросила меня:

— Не замечаете ли вы особенностей в поведении Аурель?

Я сказала ей честно и открыто:

— Я думаю, что у нее аутизм.

То, что я произнесла это совершенно спокойно и убежденно, произвело на нее шокирующее впечатление, ибо чаще всего родители, а особенно бабушки и дедушки, не хотят признать, что ребенок имеет проблемы, пока он такой маленький. Все цепляются за соломинку и твердят, что вот у меня самого, у родственников. У знакомых, у кошки в нашей семье было так же, а потом в три года, пять, шесть лет — тут с вариациями — все прошло! Я ничего не пыталась идеализировать. Элизабет мягко спросила:

— А вам уже поставили диагноз?

— Нет, — ответила я. — Но все видно и так.

– Ну, может быть это еще и не аутизм, надо, чтобы посмотрели специалисты, сделали тесты, а потом...

Специалисты, тесты... Внимательная мама практически всегда видит, что поведение ее ребенка как-то неадекватно, а аутизм - это не воспаление легких, где для диагностики надо выслушать хрипы, сделать анализы крови и рентген, а иначе это может быть просто ОРЗ. Это вообще-то набор признаков, где каждый симптом в отдельности ничего не значит, но даже три, собранные вместе, показательны для какого-либо вида психоневрологического диагноза. Так что я с чистой совестью стала обсуждать с Элизабет, как же нам подготовить к такому повороту событий родителей девочки.

Я была предельно откровенна с воспитательницей, поскольку это был самый неприятный для меня вопрос. Уже месяц я ничего не говорила родителям о моем открытии. Мы с Элизабет договорились прибегнуть к уловке и сказать, что это Элизабет поняла, что у Аурель аутизм и сказала об этом мне.

Со своей стороны я собиралась прибавить о найденной мной информации о диете и биокоррекции.

Вечером я написала мейл моей дочери и стала ждать ответа. Ответ пришел только через неделю. Моя дочь писала, что они с мужем давно подозревали, что все не так просто, но вот правильной информации не нашли. Они не отрицают такой диагноз и согласны на диету. Я успокоилась. Теперь нам оставалось только встретить детского психиатра для постановки официального диагноза, поскольку Элизабет рассказала, что существуют коррекционные детские сады, где специально обученные педагоги помогут ребенку структурировать его мир и научат многому. Она рассказала о своем сыне Роберте, которому на этот момент было уже девять лет. Учился в спецшколе по программе для нормальных детей, хорошо общался со сверстниками, и она не видела с ним больше никаких проблем.

## *Февраль 2007*

Зима легла плотнее и Аурель выздоровела. За декабрь 2006 мы неплохо подчистили диету. Девочка стала спокойнее, истерик стало меньше, но речь, которую я так ждала, так и не появилась. Наоборот, Аурель совсем замолчала. Если раньше она гулила или, как мы шутили, говорила на «птичьем языке», то теперь стало тихо. Из детского сада мы забирали ее до обеда, благо мой муж практически не работал в это время. В ее поведении наметились сдвиги, хотя не сильно – Аурель по-прежнему прыгала на диване под мультики, но все чаще стало возможным заинтересовать ее чем-то на короткие мгновения, и в ее действиях появилось гораздо больше осмысленности.

Она прекратила расшвыривать все вещи с кроватей, но, откуда ни возьмись, появилось опасное любопытство, которое гнало Аурель залезать на книжные полки. Дело в том, что мы составили вазы и статуэтки на верхние книжные полки, думая, что так защитим их. И вот однажды мой муж из кухни услышал странные звуки. Он кинулся в комнату к Аурель и увидел, что она сидит на книжной полке на двухметровой высоте, и бросает оттуда все вниз. Пришлось делать перестановку в доме, чтобы у ребенка не было возможности залезать на полки с другой мебели и убрать нижние полки совсем, а на остальных полках книги поставить так плотно, чтобы Аурель была не в состоянии их вытащить.

Стало ясно, что оставлять ее в комнате одну практически нельзя! Это означало, что находиться с ней в квартире становилось все труднее. Мы не могли даже сходить в туалет и вынуждены были вести ее туда за собой. Хорошо, когда она покорно шла, но если ее это не устраивало, то приходилось заманивать ее туда чем-либо съедобным.

Элизабет, которая теперь очень близко воспринимала все, что происходило с Аурель, подбадривала меня и как-то с восторгом рассказала, что Аурель заинтересовалась аквариумом и даже нашла мелкий мусор, положила его в чашку, из которой кормили рыбок, и

покормила их, аккуратно сдвинув стекло, закрывающее аквариум. Те, кто не знаком с аутизмом, не поймут, какой это прогресс для аутичного ребенка, который не заботится вообще об окружающем мире, а находится словно в скорлупе, поэтому увидеть и повторить вот такие действия с рыбками было событием из ряда вон выходящим...

Собственно говоря, так напугавшее нас происшествие с полкой по сути тоже было прогрессом, ибо она заметила, что полка имеет много отделений – этажей и заинтересовалась, что находится там наверху.

Элизабет рассказала, что сын ее был очень тяжелый в детстве, но теперь говорит хорошо и общается с детьми и даже хочет перейти в обычную школу, но до сих пор у него большая проблема с непредсказуемыми истериками. В сложных ситуациях, когда ему в чем-то отказывают, или запланированное ранее не происходит, или ожидание чего-то затягивается, он выходит из себя.

Это неконтролируемое поведение, непредсказуемая реакция делает невозможным сохранение баланса в ситуации, когда надо ожидать своей очереди или спокойно сидеть в классе, а самое главное, что бегающие и кричащие дети производят на него такое возбуждающее впечатление, что он не в состоянии в такой среде находиться и контролировать свое поведение. Это состояние внутреннего дисбаланса не нравится Элизабет, а сейчас она видит, что Аурель хоть и маленькая, но легче переносит изменения, спокойнее реагирует на отказы, а главное – видно, что она находится в балансе. Пожалуй, вот этот баланс и есть главное достижение нашей почти трехмесячной диеты.

### ***Март 2007***

Прогулки продолжают быть похожими на пытку. С одной стороны Аурель страстно желает пойти гулять, но с другой – прогулку невозможно прекратить, пока ты не обошел с ней все рутинные места. На такое уходит около двух часов, но и потом, когда все обойдено, она

рвется куда-то еще. Каждая прогулка заканчивается тем, что мой муж вынужден нести орущего и бьющегося ребенка на руках домой. После каждой прогулки он весь белый от нервного напряжения и совершенно без сил. Мы практически перестали выходить с ней на улицу, когда сильно похолодало и гулять по два часа стало невозможно, а носить тепло одетого ребенка нет сил даже у Александра. Она ведь растет.

### *Июль 2007*

Пять посещений детской неврологической клиники и диагноз наш готов. Сначала была встреча с врачом-психиатром. Я все боялась, наивная, что нам не поставят нужный диагноз и не дадут рекомендации в коррекционный детский садик для аутичных детей.

Мне казалось, что ребенок много лучше, чем она была в ноябре прошлого года, но первая встреча с врачом поставила все на свои места. Я четко осознала, что даже те проблемы, что есть, так далеки от нормы, как мы от центра Галактики.

Самое удивительное то, что я не расстроилась. Наоборот, наши встречи с психологом стали для меня весьма поучительны. Я увидела, что Аурель реагирует во многих случаях правильно и довольно активно. Например, она совершенно самостоятельно разложила вторые половинки карточек к тем, что были выложены.

Я не представляла себе, как можно ее тестировать, поскольку Аурель не говорила и практически не понимала, но оказалось, что это весьма легко. Психолог ничего не говорила, а только молча все показывала и постукивала пальцем там, куда хотела привлечь внимание.

Никаких анализов, никаких исследований мозга не понадобилось. Три специалиста: врач-психиатр, психологи специальный педагог — выдали нам диагноз: тяжелый аутизм с легкой умственной недостаточностью и рекомендацию в коррекционный садик, о котором мне рассказывала Элизабет.

Диагноз меня нисколько не смутил, и я спросила о перспективах в развитии ребенка. Возникла пауза. Психолог посмотрела на меня долгим взглядом и сказала: «Девочка перспективная. Даже сейчас, когда она ходит по комнате, то это не бесцельное расхаживание, а четкий план изучения того, что перед ней. Кроме того, привлечь ее внимание к новым вещам несложно. Трудно предсказывать что-либо конкретное, но если придет речь, то, безусловно, наступит и большой прогресс в развитии ребенка, но какой, сказать заранее невозможно».

Для меня это звучало как подтверждение правильного пути с диетой и биокоррекцией.

Нам сказали, кстати, что есть родители, которые делают и диету и витамины В или омега-3 и утверждают, что это помогает, но мы в разговорах с официальными органами на это не напирали, а, наоборот, говорили об имеющихся аллергиях и исключении аллергенов. Я «воробей стреляный» и если не признано это официальной медициной, то и нечего лезть на рожон, а то неизвестно, чем дело закончится. Еще объявят тебя самого полудурком и ребенка заберут, чтобы ты не издевался. Всякие случаи бывают.

### ***Сентябрь 2007***

Вернулись из Испании. Пребывание там было не из легких.

Утром мы шли на море, дорога туда была несложной, Аурель хотела попасть к морю. В воде она была не более 5-7 мин. Потом она выходила на берег и бежала по пляжу, не останавливаясь, а мы за ней, пока не удавалось повернуть ее в обратную сторону. Один с таким заданием управиться был не в силах, поэтому мы бегали вдвоем и никто из нас не мог присесть ни на минуту.

Дорога с моря занимала почти час, тут Аурель шла медленно, собирала камни, рвала цветы, останавливалась. После обеда мы все отдыхали, а потом снова шли на море.

Иногда, после обеда, шли в бассейн возле дома, но это было еще

сложнее. Достать Аурель из бассейна было искусство. Обычно один сидел с ней в бассейне, а второй переодевался и собирал вещи. Потом надо было быстро ее из бассейна выманить, надеть на нее платье и тогда, когда платье было одето, она спокойно шла домой, но вот второй человек уже переодеться не успевал и уходил в купальной одежде.

Один раз я подумала, что теперь она научилась, как себя туг ведут в бассейне, и пошла с ней туда одна. Вот это был кошмар.

Выудить ее из бассейна мне не удалось. Когда я попыталась просто вытащить ее оттуда, как муж, то я не смогла сделать это физически. Оставить ее там было опасно, она нигде не могла стоять. Даже если мне удавалось покинуть бассейн с ней, то собрать вещи я не могла, так как она кидалась туда снова.

Мне удалось усадить ее в детский бассейн, покидать все в сумку, но уходить Аурель не уходила. Для этого надо было переодеть ее в платье, а тут никак — истерика и одетое платье долой.

Истошный крик, как будто ее режут. Люди вышли на балконы и высунулись в окна. Ну-ка, какие там издевательства над ребенком?

Пришлось тащить ее на руках, без платья и только потом, когда мы покинули территорию бассейна и калитка захлопнулась, опустить ее на землю. Аурель подергала калитку, поорала, но все-таки пошла домой. У меня тряслись ноги и руки от напряжения, и хотелось самой рыдать и выть, как она.

Тоже была наука - наш аутист не «раб платья»!

Всего один раз за все время пребывания в Испании мы вышли с Аурель на прогулку. Это тоже было ошибкой. Практически сразу выяснилось, что Аурель идет только туда, куда считает нужным, и мы не в состоянии это регулировать. Мы таскались за ней по какому-то оврагу и канавам и с трудом повернули ее на правильную дорогу. После почти трех часов изнурительной прогулки, обессиленные, пришли мы домой. Больше охоты гулять у нас не было.

Что-то ни диета, ни биокоррекция нам особо не помогают.



Лена говорила, что Аурель что-то начала говорить, когда они прилетели с ней в первый день. Аурель даже спросила ее: «Где мы?», но вот в наши две недели мы не услышали ни одного осмысленного звука. Аурель ни разу нас не позвала, ничего не попросила и никак ни на какие наши обращения не реагировала.

Аурель не шла с нами за руку, не заботилась, где мы, а поход в магазин выглядел приблизительно так: я собирала продукты в магазине, а муж носился за Аурель по супермаркету. Благо там расставлены качалки и можно передохнуть, уплатив один евро.

Когда Аурель уставала, то муж приводил ее в торговый зал. Там мы сажали ее в корзину для покупок, и она тут же засыпала.

Даже просто возить в ее корзине, если она не спала, было невозможно. Она выскакивала и бежала.

Но то, что мы выдержали при перелете домой, не поддается описанию.

Мы вылетели из Малаги при тридцатиградусной жаре. Аурель была одета в летнее легкое платье и сандалии. Мы приземлились во Франкфурте и там узнали, что на улице 19 градусов. Попытки одеть ей носки и брюки не увенчались успехом. Мы бегали за ней по аэропорту Франкфурта два часа и потом пошли на посадку. Надо было садиться в автобус. На улице был дождь, похолодало до 17. Мы решили одеть ее насильно.

Аурель заорала как резанная, забилась. Мы успели одеть только брюки и завязать их. Она повалилась на пол и завизжала. Люди стояли и смотрели на это в шоке. Носки одеть не удалось, и я потащила орущего и вырывающегося ребенка в автобус, а муж тащил вещи. Держать ее было трудно.

В автобус набивались люди, и я боялась, что если она выскользнет у меня из рук и упадет на пол, то ее затопчут! Муж не был в состоянии даже приблизиться к нам. На трап ее тоже пришлось нести.

В самолете Аурель пыталась сорвать с себя брюки, но, слава Богу, ей

это не удалось. Истерический визг был такой силы, что я оглохла.

Самолет выруливал на взлет, она стояла на кресле и орала. Мы были бессильны и на грани отчаяния сами. Стюардессы хотели помочь, но стало только хуже.

Я объяснила, что ребенок аутист, и сказала, что не могу ничего сделать. Слава богу, что это был шведский экипаж. Нас оставили в покое. Аурель орала около двадцати минут, самолет тем временем взлетел. Пассажиры смотрели на нас как на чудовищ.

Сколько это может продолжаться, я не знала, потом в отчаянии показала Аурель ее игрушки телепузики. И она замолчала, как будто выключили кнопку, взяла их и начала играть.

При подлете к Гетеборгу Аурель позволила надеть на нее носки и туфли.

Объявили посадку и температуру +10, дождь. Я приготовилась к новым истерикам, так как надо было надеть джинсы и ветровку.

В помещении выдачи багажа Аурель стала ездить на транспортере, все было спокойно.

Я достала одежду и сказала: «Мы в Швеции, тут холодно и тебе надо надеть другую одежду».

Аурель молчала и покорно дала себя переодеть и мы все трое были счастливы, а у нас с мужем в глазах стояли слезы. Она все-таки поняла и согласилась!

Когда я сегодня пишу эти строки, я думаю, что же получили мы за десять месяцев на диете и биокоррекции? Какие кардинальные изменения? Ответ, наверное, прост — улучшений никаких, но мы не получили и ухудшений. То, что было раньше, было еще страшнее и хуже. Впереди коррекционный детский садик и, я уверена, там все станет лучше. Хотя... иногда эта уверенность пропадает.

### *Декабрь 2007*

Аурель в садике уже три неполных месяца. Садик называется

ласково «Медвежонок». В садике пятеро детей, все аутисты с различной степенью тяжести. Самый тяжелый ребенок семи лет. он не говорит, ходит на цыпочках и периодически дико орет.

Наша Аурель тоже не говорит и научилась у него орать. Теперь к прыжкам по дивану добавились еще и дикие крики.

Трое других детей говорят и в разной степени используют речь для коммуникации. Таким образом, Аурель оказалась «второй» по тяжести.

Никаких особых программ для развития детей в садике нет и никогда не было. Все сводится к тем наработкам, которые имеет каждая воспитательница. Так что я в растерянности и депрессии. Мои ожидания не оправдались.

Воспитателей в садике семь. Для каждого ребенка есть ответственный воспитатель, соисполнитель и еще один на подмене.

Таким образом, они подменяют друг друга в течение дня, тренируют ребенка, если это получается, ходят гулять или играют, но обязательно меняются. Ответственную за Аурель зовут Лотта. Аурель ей понравилась и Лотта с удовольствием с ней работает

В конце октября Лотта начала вводить карточки как средство коммуникации. Ребенка надо было научить просить интересующую его вещь, показав карточку с ее изображением.

Для Аурель сделали папку и туда стали помещать те карточки, которые вводили. Причем мне сразу рассказали, что, например, стул желтого цвета ребенок будет узнавать, но вот если стул будет красным, то может возникнуть недоразумение и ребенок его не идентифицирует.

На все мои попытки получить какой-то конкретный план развития ребенка я получала стандартный ответ, что все зависит от возможностей ребенка, и его успехи станут вехами этого плана, что все дети разные и ничего наперед знать нельзя. Вот будем вводить карточки. На мой вопрос, а сколько же времени займет ввод карточек? Ответ был точно таким же.

Карточки были у всех практически у всех даже у говорящих, кроме самого старшего, Маркуса, что ходит на носочках. Он их не освоил.

Философия обучающихся очень проста: это дети с тяжелым нарушением психики, и ожидать какого-либо прогресса не приходится. Самое главное дать им по возможности навыки хоть какой-то коммуникации.

Я поняла полную бесполезность моих разговоров о программе обучения и плане с садиковскими специалистами. За плечами у них было в лучшем случае двухгодичное образование обычных педагогов детского сада, и никто не интересовался, как они работают и насколько эффективны их методики. Их питомцы порой не воспринимали вообще ничего, и вряд ли работа воспитателей могла повлиять на состояние этих детей.

Тут было скорее так, что те, кто мог хоть что-то воспринимать — воспринимали, но если нет, то никто не старался приложить усилия для более интенсивных тренировок или поднимать планку требований к тем, кто справлялся.

Я смирилась и поняла, что выше головы не прыгнешь.

Все мои попытки как-то самостоятельно заниматься с Аурель дали нулевой результат. А тем временем карточки были сделаны и для дома тоже, но ввести их в обращение дома мы не сумели вообще. Когда мы их показали Аурель, она молча и с остервенением их раскидала. Я отступила.

Уже практически каждый воспитатель в детском саду по несколько раз рассказал нам с удивлением и восторгом, что Аурель держит все под контролем и помнит, что находится за закрытыми дверями комнат и шкафов и всегда имеет план, что она хочет в данный момент получить. Я понимала, что они все привыкли, что дети с диагнозом аутизм жизнью вообще не интересуются и кроме своих странных занятий (теребить материал определенного сорта, крутить предметы или раскачиваться из стороны в сторону, а самые продвинутые играть

в однообразные игры) ничего не хотят делать. Лечение детей с аутизмом диетой и биокоррекцией в Швеции объявлено ненаучным и безрезультатным.

В интернете одна мама выставила дневник о том, как она лечит своего ребенка альтернативными методами, но больше информации я не нашла. Шведы законопослушны и верят в свою медицину, как самую лучшую в мире, поэтому альтернативщики тут не пользуются успехом. Наше лечение и диету я не афишировала, просто представила справку от аллерголога о глютенной и казеиновой непереносимости и всю еду приносила в садик.

В садике на тренировках складывали пазлы, сортировали цвета, лепили, рисовали, красили, вводили карточки. Никаких более серьезных занятий или тренировок по плану не было и не ожидалось.

В конце ноября у меня была встреча с воспитателями детского сада. Я не ожидала услышать хоть что-нибудь интересное.

Поэтому шла я туда без особого энтузиазма, а оказалось, что меня ждал приятный сюрприз.

Опишу по порядку. Я сидела напротив двух воспитателей и слушала в пол-уха, как на мой вопрос об индивидуальном плане работы мне рассказывали, что план работы есть, но не написан, что он как бы корректируется каждый день и оттого его никак нельзя изложить на бумаге, а то он погибнет. Что действительность всегда превосходит бумажные проекты, и что все дети прогрессируют относительно своих способностей и самих себя. Устав от этих бесполезных разговоров и желая сменить тему, я задала вопрос о карточках, как далеко они зашли с ними, и собиралась рассказать, что дома ничего не вышло.

Вот тут обе воспитательницы преобразились и, перебивая друг друга, поведали мне, что неделю назад они купили в детский сад новую игрушку. Ее дали всем поиграть и потом спрятали, а карточки сделать на нее не успели. Так вот Аурель хотела эту игрушку получить, но поскольку она не нашла нужной карточки в своей папке, то бросилась

перерывать папки всех других детей.

Обе воспитательницы проработали уже более двадцати лет с аутичными детьми, но ни разу за всю практику они не видели ребенка, которому пришла бы в голову идея поискать что-то у других в папках или вообще заметить их существование. Это расценивалось воспитателями как особая одаренность и признак того, что ребенок имеет большие возможности.

Сказать, что это не произвело на меня никакого впечатления, означает соврать. Домой я летела на крыльях, стало понятно, что мы не зря работаем!

### ***Май 2008***

В январе 2008 свершилось чудо, о котором я не могла и мечтать! Садик, в который ходила Аурель, принял участие в программе АВА («Прикладной Анализ Поведения»), которая разработана в Америке и с большим успехом применяется во многих других странах для обучения детей не только с аутичными проблемами.

Я читала об этом, видела занятия, снятые на камеру, и мечтала так заниматься с Аурель. Четкий план и интенсивные тренировки. То, что нам надо, но даже скачав книгу про АВА по-русски и английски, я ничего не добила и не поняла, что и как надо делать.

Поскольку я уже всем в садике давно уши об этом АВА прожужжала, то нам предложили принять участие в программе.

Сначала надо было пройти тестирование, чтобы определить уровень, на котором находится ребенок.

После тестов мы с мужем и Лоттой, которая должна была стать ответственным терапевтом в садике, выслушали итоги этого тестирования.

Чем мы могли на тот момент похвастаться? Да ничем. Аурель не звала нас, если хотела получить помощь; не обращалась к нам вообще никак; никогда не приходила, если ее звали мы; не выполняла ни одной

инструкции или просьбы. Она не просилась в туалет, не ела самостоятельно, не одевалась. У нее была эхолалия и она могла повторить кое-какие слова и иногда произносила их сама, но слова как приходили, так и уходили.

Но общее поведение, стабильность и находчивость ставили Аурель на особое место среди других аутичных детей в садике и, конечно, нас потрясло, когда консультант определил возраст Аурель на один год и три месяца.

Я помню, как в комнате повисла гнетущая тишина. В феврале Аурель было в аккурат четыре года и два месяца, вот как раз три года нам и не хватало! Диету мы начали в два года и девять месяцев.

Каково же было мое изумление, когда Лотта сказала мне в коридоре: «Нет, это неправильно, Аурель умная девочка, и ее развитие уже больше двух лет, она просто не может это реализовать, но мы будем работать».

Нам опять сказали, что АВА не панацея, и что каждый ребенок может достичь новой ступени развития, но вот как высоко эта ступень будет, никто не может предсказать.

Диагноз Аурель не давал консультантам больших надежд. Психолог, что делал тест, сама была мамой аутиста и пионером АВА в Швеции. Она начала сама тренировать своего сына двадцать лет назад.

Она с энтузиазмом рассказывала о своем сыне, у которого был такой же диагноз — тяжелый аутизм. Она рассказала, что сейчас он прекрасный парень двадцати пяти лет, живет самостоятельно и даже сам ходит в магазин, но вот только у него проблемы с поиском товаров. Например, огурцы в магазине другого вида, чем на картинке, и он не может их найти, а товар часто не лежит ПРЯМО под вывеской и вот ходит ее парень возле овощей и узнать огурцы не может! Он знает, что в этом случае надо идти и спросить у того, кто работает в магазине, но часто забывает, как их отличать от покупателей в магазине. Но он живет сам! Ассистента у него нет, и он справляется и даже работает в

отделе для инвалидов, где сервирует кофе и подбирает материалы для работников этого отдела во время конференций, сортирует информацию на компьютере, работает с настоящими письмами. Она не без гордости сказала, что помогла ему найти работу.

Она говорила, чтобы я не расстраивалась, и что за пять лет АВА все будет отработано и натренировано, что Аурель активная и любознательная. Я помню только, что впечатление от ее рассказа осталось гнетущим. Нет, такой результат я не хотела. Но у меня была надежда на лучший, ведь я ввела диету и биокоррекцию.

«У нас все будет по-другому!» — думала я. И скоро мне представился случай в этом убедиться. Но все по порядку.

По замыслу проекта родители — не пассивные наблюдатели, а должны активно тренировать ребенка.

Мы прошли курсы АВА, и на нашу долю выпадало 5 часов тренировок в неделю, а на садик 15 часов. Не падайте в обморок - сюда входит и время вашей подготовки к занятиям тоже.

После двух месяцев АВА, когда Аурель стала учить названия предметов по карточкам, мы учили карточку огурец.

Приблизительно в это время мне пришла в голову идея посмотреть в магазине, как же все это с огурцами у нас.

Отыскав прилавок с овощами, я увидела, что огурцов там три разновидности: маленькие пупырчатые, длинные и длинные, запакованные в пластик. Я подвела ее к прилавку и сказала: огурец. Аурель молча подошла к прилавку и взяла ближайший длинный в пластике. Я завела ее с другого бока, где были огурцы другого вида, и снова сказала огурец. Сперва она направилась к тем первым, но по дороге остановилась у маленьких взяла один и бросила на пол со словом «ОГУРЕЦ». Я испытала такой восторг, какого не было никогда в моей жизни.

***Июнь 2008***



У нас произошло событие. Вчера я достала из сумки ежедневный дневник, который ведет садик об Аурель. Я его не люблю, потому что выглядит он приблизительно так: «Как хорошо, что Аурель сегодня в садике. Мы все счастливы! Так весело работать с ней», — все это каждый день, но есть информация о том, как она ела, ходила ли на горшок, и где они гуляли.

Так вот, вчера в ее дневнике лежал листок раскраски. Принцесса Пони была раскрашена разными мелками. Раскраска была убогая, просто начиркано двумя цветами. Я тут же поняла, что это творчество принадлежит руке Аурель. Я взяла рисунок и сказала ей: «О, принцесса Пони! Как красиво ты покрасила!». Аурель молча взяла, посмотрела на раскраску, а я продолжила: «У Аурель много Пони, вон они какие красивые».

Тогда Аурель понесла листок в свою комнату и стала пристраивать его на свободное место на стене. Все молча.

Я принесла клейкую ленту и приклеила листик. Думала, она его тут же сорвет. Она все срывает, до чего дотягивается, но она отошла, удовлетворенная.

И потом, пока мы готовились ко сну, много раз смотрела на листочек с гордостью. Вид у нее был как у художника на персональной выставке.

А сегодня утром мы играли за завтраком. Она не любит сидеть за столом, все норовит убежать. Приводим назад, сажаем, а сегодня она полезла мне на руки. Я стала трясти ее на коленях: «Цок, цок, Аурель едет на лошади. Чук, чук, Аурель едет на поезде, — а потом сказала: — Драх, драх, Аурель ведет машину», - и дала ей в руки розеточку от варенья. Она взяла ее в обе руки и стала рулить! Тогда я сказала: «Аурель летит на самолете», — она поставила розеточку на стол, и я развела ее руки в стороны, и мы полетели на самолете.

Потом я начала сначала, и она включилась в игру. Мы повторили все раза четыре. Она хмыкала, хихикала и ИГРАЛА... это было первый раз в

ее жизни.

### ***Все еще июнь 2008***

У нас жарко. Неделю назад, когда мы забирали Аурель из детского сада, обескураженные воспитатели сказали, что она устроила днем истерику. Это было совершенно необычно, последняя была полтора года назад, когда ей попытались натянуть мокрые варежки в феврале месяце.

Когда мы приехали домой, то истерика повторилась, как только мы попытались повести ее в туалет. Надо сказать, что Аурель в четыре с половиной года, все еще ходила в памперсах. Так вот, я решила осмотреть ее тело и увидела, что памперсами натерли промежность.

На улице было 26 градусов, я отлично понимала, что Аурель уже большая, а памперсы малы и тогда я просто сняла их.

За вечер Аурель ни одного раза не написала в трусики. Она терпела, пока мы ее не отводили в туалет. На ночь я одела памперс, а утром с десятком трусов ее отправили в садик.

Трусы ни разу не понадобились! Но воспитательницы водили ее в туалет сами. А через неделю она стала инициировать походы в туалет самостоятельно! Эта была первая большая победа!

И опять же не на пустом месте, наконец, я могу громко сказать это.

Кроме того, Аурель начала считать вслух. Она с большим удовольствием перекладывает предметы и четко произносит: один. Два... Счет предметов до десяти освоила в несколько дней, а через 2 – 3 недели мой муж с гордостью показал, что она знает и называет все цифры до 10, которые он ей писал на листе.

Наконец я, как член тренировочной команды Аурель, получила право голоса и ко мне стали прислушиваться!

Каждые две недели мы встречаемся с консультантом и докладываем об успехах. Вот тут я и показала, что мы подготовили дома. Консультант был в восторге. Нам включили в программу

тренировки на соотнесение цифры и количества предметов.

Артикуляция у Аурель стала лучше, звуки чище и слова зазвучали четче.

Мы стали показывать Аурель презентацию алфавита, и в несколько дней она выучила все буквы. Вот тогда я решила подписать все карточки, которые мы ей вводили.

Это стал еще один прорыв. Если раньше я показывала карточку и не всегда получала ответ, то, показав ей подписи под карточками, прочитав их и показав каждую букву, я добилась у нее внимания к картинке. Видимо, раньше слова и картинка существовали у нее безотносительно друг к другу, а теперь буквы — подпись связали их воедино! Словарный запас стал набираться стремительно!

Уже чаще она сама называла то, что хотела получить и вдруг, откуда ни возьмись, пришел указательный жест и возглас: «Смотри!!» — обращенный к нам.

### ***Июль 2008***

Мы поехали на осмотр к зубному врачу. Нам нужно было проконтролировать состояние челюстно-лицевого аппарата после одного очень неудачного падения в апреле. Поскольку я знала, что ни за что не соглашусь проводить все эти исследования под наркозом, то надо было поехать и пытаться сделать без.

Аутисты и рот — дело тонкое, и редко кто из аутистов позволит делать что-то у себя во рту, поскольку чувствительность рта слишком высока. Иногда бывает, что даже еду аутист в рот не берет.

В садик пришел ребенок в возрасте 1 год и 8 месяцев, который ничего не ест и не берет в рот, кроме своей соски и воды из поилки. Кормят его через катетер. (Забегая вперед, скажу, что после двух лет тренировок АВА его научили брать в рот и обсасывать чипсы, печенье, конфеты и есть надежды натренировать есть.

Мой рассказ о диете и биокоррекции впечатления на маму не

произвел, хотя на руках она держала еще одного малыша, и мой наметанный взгляд сразу заметил проблемы, но мама была счастлива — этот хотя бы ел!).

Осмотры у дантиста до сих пор ни разу не заканчивались для нас благополучно, всегда в финале истерика!

А вот что записала я на сайте вчера:

«Это расхожее выражение, что для настоящего аутиста рот священен, может быть легко опровергнуто, если аутист на диете и биокоррекции. Сегодня мы были на контроле в Ортодонтической клинике. Надо было посмотреть, остались ли у нас корни постоянных зубов после молочных, которые были выбиты при падении.

Приехали мы в клинику в 9 утра. В 9.15 нас пригласили к врачу. Аурель сама села в зубоучебное кресло и, пока мы разговаривали с доктором, рассматривала содержимое жестяной коробки из-под печенья, наполненной колечками, маленькими зверьками, и прочими сокровищами для четырехлетней красавицы. Оттуда Аурель выбрала черепашку и колечко на пальчик.

Потом ей показали картинку: раскрытый рот, а в нем зеркальце для исследования и тут же показали настоящее. Аурель, к восторгу докторши, ввела его себе в рот. Конечно, когда врач взяла у нее зеркало и начала осмотр, то ничего хорошего не вышло, но и скандала не было. Так что, можно сказать, нас исследовали. Но нужно было сделать рентгеновские снимки, и нам было предложено на выбор: пойти и сделать сейчас или пришлют вызов потом. Я подумала, все идет чудно, почему не попытаться? Если нет, то приедем еще раз, а если да...

Для тех, кто понимает, что означает диагноз аутизм, мое решение посетить еще одно НОВОЕ помещение и снова ожидать приема у другого специалиста — случай беспрецедентный. У аутиста такое часто просто невозможно без истерики и агрессивного стремления уйти, но у нас диета и биокоррекция — я рискнула!

Мы спокойно перешли в новое здание и... сорок минут ждали приема.

Доктор — пожилая приветливая женщина, двигается не спеша и настроена позитивно и дружелюбно. Она приносит маленькие фигурки мишек и пытается заинтересовать ими Аурель. Интерес пойман, но результат не тот, что ждала доктор. Аурель не стала играть с ними, а решила спустить их в мусорник. Мы спасаем мишек, а рентгенолог приносит качалку, которую называет «котом». Качалка черная и вместо ручек стилизованные из черного металла силуэты кошачьих голов. Врач поставила качалку на пол, Аурель подхватила и со словами: «Кот, кот», — села качаться.

Доктор предложила мне сесть в кресло, где будут проводиться исследования, Александр взял Аурель на руки. Она тут же попыталась высвободиться, но рентгенолог начала деловито говорить: «Мама кладет подбородок сюда, я ставлю держалки сюда», — она зафиксировала ими мою голову, но если бы я хотела, то вынуть ее проще простого — просто отклониться назад! Врач комментировала каждое действие: «Сейчас мама поедет на лифте», — она включает кнопку, и стул с жужжанием ползет вверх, я сижу и думаю: кому это все рассказывается? Было такое впечатление, что Аурель не обратила никакого внимания на все то, что со мной проделали, и была занята только тем, чтобы вывернуться и побежать куда-либо. Закончив объяснения, рентгенолог обратилась к Аурель: «Пожалуйста, теперь ты». Я встаю и уступаю место Аурель, врач ставит кота-качалку на стул и... Аурель спокойно садится.

Я думаю: «Нет, все это не сработает». А в это время уже Аурель подвозят к стойке и она кладет подбородок на стойку и позволяет фиксировать голову. Поднимают стул, начинают двигать плоскости, которые не двигались, когда я сидела, и рентгенолог говорит: «Нет, не подходит, надо еще подставить».

Аурель и «кота» снимают на пол. Аурель секунду качается в качалке

и намеревается уйти, но уже все готово и ей предлагают снова занять место для исследования. Она садится, все делает правильно, и Александр остается рядом с ней в свинцовом переднике. Дальше едут плоскости, мигают огонечки, рентгенолог прячется и делает снимок. Все это происходит быстро, но мне кажется вечностью, потому что я понимаю, что срыв может быть в любую минуту и тогда истерика, кидание предметов и разговоры о наркозе.

Аурель отпускают со стула, но уйти все еще нельзя, картинка получилась смазанная. Врач говорит Аурель: «Ты не должна говорить. Надо сидеть, абсолютно не двигаясь». Делаем еще раз. Аурель начинает багроветь и как бы готовиться к истерике, но рентгенолог говорит: «Ты сейчас садишься на «кота» и мы снова едем на лифте». Аурель садится, все повторяется и она НЕ ДВИГАЕТСЯ.

Ура, картинка получилась, мы можем уходить. Я рада, но, оказывается, преждевременно. Снимок должны переслать врачу и только, если врач одобрит, мы можем уходить. Я понимаю, что Аурель уже никакая и остаюсь ждать одна, а они с Александром уходят играть на площадку перед зданием. И туг холодный душ: «Картинка замечательная, но нужен снимок зубов. Пойдемте скорее».

Звоню мужу и он вносит Аурель на плечах, поскольку сама она идти обратно не хочет. Теперь мы идем в другой кабинет, и Аурель начинает плакать. Успокаивать ее бесполезно, но рентгенолог достает из шкафа новый свинцовый передник—ярко желтый с массой веселых котов в разных позах. И говорит Аурель: «Смотри как красиво, надень!» И одевает на нее, Аурель замолкает. Муж берет ее на руки и садится. Теперь в рот надо вставить пластину.

Я замираю от ужаса, а Аурель делает то, что говорит ей врач — открывает рот и прикусывает пластину. Начинают делать снимок, Алик говорит: «Она отпустила». Рентгенолог приходит снова, снова вставляет пластину и говорит: «Ты держи зубами, кусай».

Я стою и думаю: «Боже, помоги нам!» И все проходит как надо.

Дальше мы получаем в подарок красивый переливающийся карандаш и, на выбор, резинку: Аурель выбирает резинку с жирафом и поросенком. Теперь все. Время 11.30 – мы провели в клинике два часа тридцать минут.

Врач потрясена. «Это фантастика, если подумать о ее диагнозе», – только и говорит она.

### ***Август 2008***

В августе мы были на море вместе с моей сестрой и ее сыном, ему 21 год. Оба эти новых человека ей очень понравились. Аурель даже стала звать Борю Мумми-папа. Рано утром она шла в постель к Боре и будила его словами: «Мумми-папа, проснись, проснись!!» При этом никто и никогда не учил еще с ней глаголы. Это пришло само, принеслось по воздуху!

Довольно часто она стала говорить фразу из трех слов: «Я хочу воды» или «Я хочу кекс».

Пребывание на море тоже стало легче. Мы приходили, переодевались, купались и шли с Аурель вдоль пляжа, а потом поворачивали ее назад, когда хотели. Мы могли даже пойти с ней в кафе и попить там кофе, но быстро, пока Аурель выдерживала минут 15 – 20.

### ***Август 2010***

*(Публикация на сайте)*

Писать хочется все реже и реже, идет обычная нормальная работа с ребенком. Аурель растет и развивается, требования к ребенку возрастают, но и проблемы остаются, хотя это уже совсем другой уровень проблем. Ее последний интеллектуальный тест показал возраст 6 лет и 8 месяцев – полное соответствие, но вот социальное развитие все еще на 5 лет.

Аурель идет в нормальную школу в нулевой класс. Мы остановились

на варианте школы Александры Монтессеори, которая интегрировала детей с синдромом Дауна в обычный процесс обучения. Кстати, на сегодняшний день, эти школы не так охотно берут детей с проблемами, и перешли у нас в Швеции в разряд элитного обучения.

Мы нашли маленькую школу и позвонили ректору. Два месяца она думала, разговаривать с нами или нет, так «понравилось» ей мое предложение.

Вообще процесс выбора школы начался еще в прошлом году и был довольно длительным, нервотрепным, но все встало на свои места и я спешу поделиться с вами нашей радостью.

Начну все с начала. Назвать Аурель полностью восстановленной я не могу. К пяти годам она говорила редко, но всегда по делу, хотя такой разговор речью назвать было трудно. На этом фоне мне казалось самым подходящим для Аурель оставаться в спецсадике для аутистов до семи лет, а потом начинать первый класс в специальной школе для аутистов.

Когда я в прошлом, 2009 году рассказала об этих планах нашему консультанту-психологу, то она ответила: «Нет, Тамара, ты не понимаешь, о чем ты говоришь! Я не могу себе представить Аурель с ее высоким интеллектом среди обитателей такой школы! Аурель надо к нормальным детям. Может, это рано, но это будет стимулировать ее развитие, а в спецшколу вы успеете. Но вам надо выбрать хорошую школу, в которой мало детей, и где захотят работать совместно с нами и согласятся на ассистента в классе».

Тогда я подумала, что это сложно. Но потом решила, что надо просто попробовать какой-нибудь кружок с нормальными детьми. Поскольку Аурель очень любила музыку и танцы, то я стала искать танцы и нашла подходящие. Но когда мы туда пришли, то оказалось что это студия танцев при Академии балета. После первого же занятия стало ясно, что даже в группе девочек от трех до пяти лет, Аурель смотрится неадекватно, но педагог сказал, что можно попробовать, но



она должна поговорить с ректором.

Первой реакцией ректора было: «Нет». Дело в том, что он сам работал с аутичными детьми и даже написал об этом книгу «Танец и развитие особых детей». Он сразу заявил, что ребенок аутист НИКОГДА не может вписаться в группу нормальных детей, а тем более заниматься танцами, поскольку его уровень внимания и развитие двигательной моторики не достаточны для таких упражнений. Я была возмущена, он давал оценку Аурель, а сам ее никогда не видел! Но мы победили!

С ректором повел переговоры наш психолог-консультант и при условии обязательного присутствия ассистента, которым выступила я, нас взяли в группу с испытательным сроком.

Ректор посетил одно занятие, чтобы посмотреть на исключительный случай, и внес свои коррективы. Он сказал, что действительно ребенок перспективный и хорошо копирует поведение окружающих детей, но лучше ей учиться поведению сверстников.

Аурель перевели в группу детей от пяти до шести лет.

После года занятий танцами, поведение и успехи Аурель в танцах были на уровне сверстников! Но теперь стало совершенно ясно, что оставаться в садике для аутистов еще на год до семи лет нельзя. Это станет тормозом в развитии. Надо было срочно решать, что делать.

На совместной встрече представителей садика, консультанта и специального педагога я высказалась за начало обучения в нормальной школе.

Спецпедагог чуть со стула не упала—наш диагноз никто не снимал и не собирался. Она так и сказала, что мы не потянем, и ребенок сделал все успехи на АВА благодаря специальным тренировкам. Исходя из ее опыта, надо идти в спецшколу, где все будет по такой же программе, как и в нормальной школе, но в такт с возможностями Аурель. Без спецпедагогов у Аурель будет коллапс!

Спецпедагог замолчала после своей речи, а меня понесло. Я сказала,

что не один садик тренирует Аурель, что я сама не только тренирую, но и вношу конструктивные предложения в программу, что 90 % материала изготовлено и собрано дома. Ребенок здоров и избавлен от аллергий, что дает дополнительный потенциал для развития и главное, это то, что МЫ, ее семья, никуда не пропадем, а садик уже сделал все, что мог для развития ребенка.

Выступила консультант и поддержала меня.

Ректор детского сада сказала, что Аурель стоит того, что мы задумали, и что при определенной настойчивости добиться можно многого, и рассказала, как «хорошо» в аутичной школе. Дети сидят по одному за партой, отделенные ширмами друг от друга. Есть педагог и помощники. Работу ведут индивидуально, школа имеет очень хорошую репутацию, но дети с синдромом Аспергера по возможности интегрируются в нормальные школы и лучше Аурель отправляться туда. Дальше ректор подвела итог: речь у Аурель отстает, но говорит она всегда с пониманием, у нее хорошее настроение, она уравновешена и у нее большой интеллектуальный потенциал. Ей надо дать шанс!

Тогда я позвонила ректору школы и рассказала, что все — детский сад, консультант одобряют наше решение, а ребенок ходит в школу танцев при балетной Академии. Это подействовало, и ректор решила встретить Аурель.

На встрече Аурель была спокойна, обошла всю школу (помещений там немного — всего по списку в школе 35 учащихся), поиграла с играми, и тут же взялась их собирать на место, а не оставила разбросанными. Ректор сразу это отметила, а потом сказала мне: «У нее живое лицо обычного ребенка, она теплая и вызывает расположение, хотя видно, что она младше своего возраста, но виден и большой потенциал. Я буду представлять дело попечительскому совету».

И вот сегодня ответ: нас приняли!

## **Январь 2011**

Все это кажется нереальным: ребенок, которому в июле 2007 года поставили диагноз ТЯЖЕЛЫЙ АУТИЗМ с умственной отсталостью, в августе 2010 года принят в нормальную школу!

В декабре мы снова поехали, чтобы выполнить свои двадцать часов баротерапии в год, но я и представить не могла такого результата.

Уже через неделю Аурель заявила, что хочет научиться читать по-русски! Муж настоял, чтобы мы зашли в магазин и купили книгу из серии быстрого обучения.

В автобусе я успела презентировать русский алфавит и прочитать слоги на букву Б.

Через неделю Аурель подошла ко мне и деловито спросила, увидев текст по-русски:

- Ты пишешь кириллицыны буквы?
- Нет, я их читаю, – ответила я.
- Я тоже могу читать.

Я показала слово и Аурель прочла: витамины. Я была потрясена! Весь вечер все члены семейства приставали к Аурель с разными словами и она спокойно и правильно их читала!

Приближался Новый Год и мы заказали снова поздравление от Деда Мороза и Снегурочки.

Когда они пришли, то оказалось, что в их программу вошли еще и загадки на русском языке.

Я была уверена, что вот тут-то и «проколемся»! Загадок мы вообще ей ни разу не загадывали, да и любые вопросы вот такого характера до этого оставались без ответа. А тут загадки, да еще на русском языке.

Дед Мороз начал:

«Комочек пуха, длинное ухо,  
Прыгает ловко, любит морковку».

Снегурочка показывает характерные для детей заячьи движения, я уже собираюсь подсказать и вдруг звенящим от восторга голосом с

легким шведским акцентом Аурель восклицает: «Заяц!»

Все в восторге, но мы больше всех! Она отгадала все загадки!

Да, шероховатости были. Аурель все время хотелось скорее получить подарок, а получив в подарок фейерверк, она совсем потеряла интерес и к Деду Морозу, и к Снегурочке.

Она еще много должна догонять и в развитии речи, и в социализации, но... перед нами открываются горизонты.

Если подумать, какими темпами шло развитие, то можно говорить о чуде, но я не верю в чудеса, а успехи наши благодаря диете, биокоррекции и АВА!

А если это не чудо, то каждая семья с проблемным ребенком может постараться сделать то же самое, горизонты открываются не только перед нами, но и перед вами тоже.

## **Часть VIII. Приложения**

### **Список БАД, часто используемых в биокоррекции**

Ничто из этого не является медицинским советом. Хотя здесь представлено много информации, это всего лишь отправная точка. Для правильного введения добавок вашему ребенку необходимо, чтобы вы ознакомились с другими, более детальными источниками, некоторые из которых указаны ниже, чтобы получить всю необходимую информацию.

Большая часть этого файла была собрана на основе информации, предоставленной участниками группы «Autism-Mercury».

- Вводите добавки только по одной, начиная с низкой дозы и постепенно увеличивая. Если вы вводите более одной добавки в течение одной недели, будет сложно понять, что вызвало улучшения или проблемы. Часто в самом начале родители хотят побыстрее дать

ребенку все возможные добавки в надежде на более быстрый результат. Не надо, это не поможет. Вы не можете заставить ребенка вырасти быстрее, давая ему тройной завтрак и обед. Точно также вы не ускорите восстановление, если будете безрассудно впихивать в ребенка добавки, не поняв, подходят ли они ему, дают ли они ожидаемый эффект.

- Обязательно начните вести журнал, в котором отмечайте каждый день, какие продукты и добавки давали ребенку и комментарии о поведении и физическом состоянии. Это поможет заметить проблемы или успех, поможет вычислить проблемные продукты или добавки.

- Из того, что какая-то добавка или терапия помогли другим, не следует, что это непременно поможет вашему ребенку: Не хватайтесь за все новые и рекламируемые добавки только оттого, что кому-то где-то это помогло. Вполне возможно, что вашему ребенку эта добавка не поможет или даже окажется вредна. Обязательно разбирайтесь с каждой добавкой отдельно.

- Обязательно изучайте полный список не только основных ингредиентов, но и дополнительных. Выбирайте добавки с наименьшим количеством дополнительных ингредиентов. Часто используемые в добавках лактоза (молочный сахар), аспартам, мука, многие красители могут принести вашему ребенку больше вреда, чем пользы от самой добавки. Многие искусственные красители известны тем, что вызывают гиперактивность у детей. Использование добавок с лактозой или мукой может привести к тому, что вы потеряете весь прогресс, полученный от ввода БГБК диеты.

- Многие витамины могут вызвать проблемы у вашего ребенка из-за некоторых специфических непереносимостей. Если ваш ребенок

чувствителен к фенолам, витамины группы В могут вызывать проблемы, особенно В2 и В6. Если ваш ребенок не переносит сою, следите, чтобы жирорастворимые витамины (А, D, Е, К) были не в соевом масле. Натуральный витамин Е всегда делается из сои, если на препарате не указан другой источник. Если ваш ребенок не переносит кукурузу, следите, чтобы витамин С был произведен не из кукурузы. Иногда ребенок не переносит добавку в одной форме, но может переносить ее в другой. Например, если магний кажется проблемой, это может быть потому, что цитрат магния не переносится, но глицинат магния может подойти

- Дети АС (здесь и далее АС – аутичного спектра) обычно нуждаются в двух – трех дозах RDA (рекомендованное суточное потребление). В некоторых случаях даже выше. Если Вы не уверены, с чего начать, начните с 1/4 RDA и увеличивайте постепенно. В идеале вам нужно давать минимум добавки при максимуме пользы. Не забудьте выяснить, возможно ли наступление токсичности от добавки, какие симптомы и при какой дозе.

- Некоторые люди покупают мультивитамины и обнаруживают, что их ребенку они не подходят, потому что пропорции витаминов и минералов не слишком хороши (слишком много одного и слишком мало другого) или же потому, что в такой большой смеси что-то не переносится. Поэтому в начале лечения лучше покупать монопрепараты.

- Старайтесь давать водорастворимые витамины (витамины группы В, витамин С) и минералы (как магний, цинк, селен, молибден и пр.), три или четыре раза в день (разделенные на соответствующие дозы). Жирорастворимые витамины, как А, D, Е и К, могут даваться один раз в день.

В этом списке добавки расположены не по степени важности, а сгруппированы по категориям. Добавки, входящие в базовый протокол, или базовый набор, отмечены знаком \*.

*Базовый протокол – это те добавки, ввод которых рекомендуется всем детям прежде, чем приступить к более серьезным терапиям, как баротерапия, противовирусная терапия или хелирование.*

## **Витамины**

**\*Витамин А** поддерживает иммунную функцию, часто помогает с визуальными проблемами и речью. Дефицит витамина А может привести к ночной слепоте, нарушению роста, неправильному формированию костей и зубов, ослаблению иммунитета.

Бета-каротин это не то же самое, что витамин А. Бета-каротин— это предшественник витамина А, образуемый в растениях, который в здоровом организме конвертируется в витамин А Однако организм большинства аутичных наших детей не может конвертировать бета-каротины, поэтому рекомендуется добавка натурального витамина А в формах ретинола ацетата, пальмитата или рыбьего жира. Конвертация бета-каротина может быть нарушена также при нехватке цинка, селена, витамина С и гипотериозе (снижении функции щитовидной железы).

Ориентировочная дозировка - 5 000 -10 000 МЕ в день, в некоторых случаях дают больше, однако только в течение краткого времени.

Внимание, витамин А накапливается в печени, поэтому при длительном приеме повышенных дозировок возможно наступление токсичности. Признаки токсичности: тошнота, головная боль, сонливость, сухая шершавая сыпь вокруг шеи.

## **\*Витамины группы В**

### **Витамин В1, или тиамин**

Этот витамин необходим для нормального протекания обменных процессов в сердечной мышце, а также для образования ферментов кокарбоксилазы и холинэстеразы, принимающей участие в снижении внутриглазного давления. Витамин В1 (тиамин) необходим для передачи нервных импульсов в любом органе. Недостаток в организме витамина В1 приводит к снижению остроты зрения и к повреждению нервных клеток, часто проявляющемся в нарушении памяти и невнятности речи. Необходим для нормального функционирования инсулина и гормонов щитовидной железы.

Депрессия, нарушения памяти, мышечная слабость, потеря аппетита и тошнота могут быть признаками дефицита В1.

Малотоксичен при оральном применении.

### **Витамин В2, или рибофлавин**

Необходим организму для метаболизма аминокислот, жирных кислот и углеводов. Также нужен для усвоения или активации железа, фолиевой кислоты, и витаминов В1, В3, В6. Требуется для поддержания слизистой кишечника. Участвует при формировании красных кровяных телец, при производстве гормонов надпочечников, необходим совместно с В1 для функционирования инсулина и гормонов щитовидной железы. Ускоряет фазу I метаболизма.

При дефиците может появиться повышенная чувствительность глаз к свету, жжение в глазах, покраснение белков, воспаление во рту, язвы на языке, трещины губ и в углах рта, нарушения пищеварения, себорейя. Также приводит к нарушению функционирования надпочечников.

Нет сведений о какой-либо токсичности. При повышенном приеме витамина В2 возможно окрашивание мочи в желтый цвет — это безопасно.



## **Витамин В3**

К нему относятся никотиновая кислота ниацин и никотинамид.

Они имеют много сходных свойств, однако есть и различия. Ниацин ускоряет фазу I детоксикации печени, а никотинамид замедляет фазу I детоксикации.

Никотинамид может снизить тревожность у людей, чувствительных к химикатам. Ниацин усиливает циркуляцию в мозге, никотинамид — нет. Ниацин повышает уровень «хорошего» холестерина и снижает уровень «плохого» холестерина.

Ниацин может помочь снизить уровень меди. Никотинамид помогает в снижении проявлений аутоиммунного диабета, ревматоидного артрита, других аутоиммунных проблем.

Чаще всего нехватка витамина В3 отражается на коже, пищеварительной системе и нервной системе. Характерны при выраженном дефиците В3 яркая красная сыпь, напоминающая солнечный ожог, раздражения во рту, воспаление или язвы на языке. В крайнем проявлении дефицит витамина В3 приводит к пеллагре, болезни ЗД — дерматиту, диарее и деменции (приобретенное слабоумие).

Высокие дозы ниацина могут вызвать резкое расширение кровеносных сосудов, особенно в области лица, шеи и груди (внезапное покраснение кожи). Никотинамид этого не вызывает. Ниацин в больших дозах может вызвать раздражение желудка, особенно при наличии язвы, поэтому рекомендуется принимать вместе с едой. Высокие дозы (выше 100 мг в день) могут привести к повреждению печени.

## **Витамин В5, или пантотеновая кислота**

Очень полезен при проблемах с надпочечниками и вялости, аллергиях, для восстановления от стресса. Может помочь снизить «плохой» холестерин. Нет никаких сведений о токсичности

пантотеновой кислоты. Большие дозы (10 г) могут вызвать диарею.

### **Витамин В6**

Также известен как пиридоксин или пиридоксин гидрохлорид. Необходим для метаболизма аминокислот. Нехватка В6 может вызывать слабость, спутанность сознания, депрессию, экзему. Может помочь при эпилепсии, астме. Слишком высокие дозы В6 в течение длительного времени могут вызвать периферическую нейропатию (покалывание, жжение и другие ощущения в конечностях), добавка магния может с этим помочь.

В организме он преобразуется в активную коэнзимную форму P5P, однако у многих детей этот процесс нарушен. Поэтому ввод В6 рекомендуется начинать именно с коэнзимной формы P5P. Для усвоения необходим магний, поэтому магний всегда должен быть введен до начала ввода В6. Давать лучше с едой.

Большинству детей достаточно умеренно-высоких доз, 30-50 мг. Некоторым детям бывает полезен ввод более высоких доз витамина В6, это может помочь с концентрацией/вниманием, снизить гиперактивность. Однако у некоторых, особенно чувствительных к фенолам, может, наоборот, вызвать гиперактивность. Помните также, что прием только одного витамина В6 в высоких дозах может привести к возникновению дефицита других витаминов групп В, например, В2. Поэтому никогда не вводите высокие дозы В6, если вы не смогли ввести хотя бы умеренные дозы всех остальных витаминов группы В.

**Биотин** - также входит в группу В. Вырабатывается в кишечнике дружественными бактериями. Полезен для здоровья ногтей и волос, при потере волос, диабете. Помогает контролировать кандидозное разрастание (в дозах 5-20 мг в сутки). Для усвоения биотина необходим магний, поэтому при нехватке магния биотин может вызывать запоры, мышечные спазмы. Никаких токсических эффектов от приема

орального биотина не было зарегистрировано у людей или животных даже при дозах 10 мг/день. Полезен при борьбе с кандидой.

**Фолиевая кислота** — это один из В-витаминов. Помогает при депрессии и проблемах с памятью, может также помочь при эхоталии и постоянном цитировании — состоянии при котором ребенок говорит только заученными фразами или примерами из книг.

Фолиевая кислота важна при беременности, так как предупреждает возникновение у плода таких нарушений, как расщепленное небо (волчья пасть) и расщелина позвоночника.

Может помочь при остеопорозе. Дефицит фолиевой кислоты может приводить к анемии, депрессии, проблемах с памятью, разрушению зубов, сухости кожи на ладонях и подошвах ног, трещины на сгибах пальцев ног, заусенцы и другие кожные проблемы. Фолиевая кислота необходима для усвоения В12 и ТМГ. Давайте отдельно с цинком.

Если ребенок не может переносить фолиевую кислоту (становится гиперактивен или агрессивен), попробуйте фолиевую кислоту. Фолиевая кислота в высоких дозах от 5 до 30 мг может привести к усилению эпилептической активности. Обычно рекомендуемая доза — 800-1600 мкг в сутки.

## **Витамин В12**

Витамин В12 также известен как кобаламин, совместно с фолиевой кислотой необходим для деления и формирования нервных клеток. Он вовлечен во все виды реакций метиляции. Недостаток витамина В12 вызывает серьезные нарушения мозгового метаболизма, анемию, потерю памяти. Помогает при депрессии, астме, рассеянном склерозе, опоясывающем лишае. Многим детям помогает в развитии речи.

**Метилкобаламин (МВ12)** — наиболее усвояемая и эффективная

форма В12, но не цианокобаламин. Многие дети с сильно поврежденным кишечником не могут усваивать МВ12 в оральной или сублингвальной форме. Поэтому для них более эффективными оказываются инъекции МВ12, потому что они не попадают в поврежденный пищеварительный тракт.

Для ввода витамина МВ12 в оральной форме рекомендуется сначала заняться пищеварительным трактом и проблемами пищевых непереносимостей. Дрожжи, паразиты, снижение функции щитовидной железы и надпочечников также нарушают усвоение МВ12. Для усвоения орального МВ12 может также понадобиться предварительный ввод фолиевой кислоты, таурина, карнитина.

Может вызывать гиперактивность, битье головой и другие негативные эмоции, если дается без достаточного количества фолиевой кислоты.

**\*Комплекс витаминов В** – удобный способ приема витаминов В, если ребенок переносит каждый витамин группы В (например, комплекс В–50 содержит все витамины В по 50 мг). Все витамины группы В при усвоении их организмом сильно связаны между собой, поэтому в идеале следует стремиться к тому, чтобы обеспечить ребенку в небольшом количестве все витамины группы В в виде комплекса, и уже к этому добавлять отдельные витамины В в соответствии с нуждами ребенка. Чаще всего дополнительно добавляются витамины В6, В12 и фолиевая кислота.

**\*Витамин С** – мощный антиоксидант. Имейте в виду, что большинство витамина С производится из кукурузы, что может быть проблемой для детей с непереносимостью кукурузы. Некоторые предпочитают «буферизованный» витамин С (низкой кислотности) для лучшего усвоения и лучшей переносимости (например, кальция аскорбат, магния аскорбат, натрия аскорбат). Также у детей с сильными оксалатными проблемами может вызывать ухудшение

ситуации.

**Витамин D** производится организмом под действием солнечных лучей. Рыбий жир (cod liver oil) также обеспечивает витамин D.

**\*Витамин E** — антиоксидант, также известный как д-альфа-токоферол (d-alpha-tocopherols). Если на этикетке стоит **dl**-alphatocopherols, это значит, что витамин E синтетический. Поскольку витамин E жирорастворимый, любые проблемы с расщеплением, усвоением и транспортировкой жиров могут привести к дефициту витамина E с сопутствующими симптомами, как «жирный» стул или хроническая диарея. Для таких индивидуумов рекомендуется водорастворимая форма витамина E. Риск передозировки витамина E очень низок.

**Витамин K** считается антиоксидантом. Натуральный витамин K не вызывает токсичности, даже в больших дозах. Витамин K также необходим для нормального метаболизма кальция в костях. Может помочь снизить отложение кальция в мягких тканях в виде оксалатов и помочь в усвоении его в костях.

**Холин** теперь рассматривается как необходимое вещество, относящееся к витаминам. Токсические эффекты холина не зарегистрированы, хотя высокие дозы могут ухудшить это состояние. Холин битатрат разрушается в желудочной среде, фосфатидилхолин или лецитин не разрушаются.

## ***Минералы***

**\*Цинк** часто необходим детям аутичного спектра. Он может помочь снизить уровень меди (85% таких детей имеют слишком высокое

пропорциональное соотношение меди к цинку).

Когда ребенок грызет все подряд, то это указывает на недостаток цинка в организме. Давайте отдельно от кальция, железа или фолатов (фолевая/фолиниевая кислоты). Лучше давать перед сном, но если это создает проблемы можно давать и после приема пищи.

Цитрат цинка присутствует в грудном молоке, поэтому такая форма цинка обычно хорошо переносится, однако некоторые исследователи считают, что такие формы цинка, как пиколинат или метионин, усваиваются лучше.

**\*Кальций** становится очень важной добавкой, если ваш ребенок на безказеиновой диете. Лучше принимать вместе с едой. Существуют различные мнения по поводу того, какая форма кальция лучше, но поскольку у детей аутичного спектра проблемы с ЖКТ, то карбонат кальция наиболее трудно усвояемая форма и лучше использовать цитрат или глицинат.

Некоторые находят добавление кальция в выпечку самым простым способом давать эту добавку.

Кальций должен даваться отдельно мяса, ибо может стать причиной плохого усвоения железа, содержащегося в мясе.

**Железо** не следует добавлять, если вы не знаете наверняка по результатам тестов, что у ребенка очень сильный недостаток железа. Железо - сильный оксидант, и у детей с аутизмом часто все равно не усваивается. Избыток железа может быть токсичен. Многие люди страдают запорами при вводе железа.

**\*Магний** может облегчить запоры, улучшить настроение, аппетит и сон, помочь расслаблению мышц. Он также может уменьшить тики и фенольную непереносимость. Рекомендуются формы цитрат, малат, глицинат. Слишком много магния может вызвать диарею. Некоторые люди добавляют магний в форме крема или с помощью ванн с

сульфатом магния («Эпсом соль»), если оральные добавки не переносятся.

**\*Молибден** может помочь при чувствительности к фенолам или серным продуктам. Также может помочь понизить уровень меди, которая часто на слишком высоком уровне у детей с аутизмом.

**\*Селен** – минерал с антиоксидантными свойствами. Если вы избегаете дрожжевых продуктов, постарайтесь найти селен на бездрожжевой основе. Селен поддерживает доставку цинка в клетки и удерживает ртуть и другие тяжелые металлы. Желательно использовать селенометионин (selenomethionin). Некоторые дети аутичного спектра имеют низкий уровень селена, хотя точный процент таких детей неясен. Национальная академия наук (USA) установила максимальный безопасный уровень потребления селена 400 мкг в день.

**Хром** добавляется только в тех случаях, если тест показал недостаток этого минерала. Проследите, чтобы хром был бездрожжевой, если избегаете дрожжей.

## **Ферменты**

**\*Пищеварительные ферменты** (Digestive enzymes) успешно используются многими родителями, чтобы улучшить здоровье детей.

Многие убеждаются, что фермента это добавка, которую стоит ввести в первую очередь.

**Креон, микразим** – панкреатические ферменты. Даются с каждым

приемом пищи. Хотя врачами они обычно назначаются курсами, при биокоррекционном подходе они должны даваться длительное время, так как пищеварение у детей с аутизмом нарушено в такой степени, что оно не может восстановиться в течение одного курса. Бытует мнение, что при длительном приеме ферментов может снизиться выработка собственных ферментов. Это может произойти, однако выработка быстро восстанавливается, если затем не отменять фермента в один день, а постепенно снижать дозу. В любом случае, делать это надо тогда, когда организм ребенка будет восстановлен настолько, что будет способен выработать собственные ферменты.

**Растительные ферменты.** Растительные ферменты в отличие от панкреатических не разрушаются в кислой среде желудка и потому их можно принимать как в капсуле, так и высыпая на пищу. При длительном приеме растительных ферментов в отличие от панкреатических снижения выработки собственных ферментов не наступает. Далее перечислены растительные ферменты, которые опробованы и зарекомендовали себя очень хорошо на нашем форуме.

**HM-Zyme Prime** – пищеварительные ферменты широкого спектра для улучшения общего пищеварения. Принимается с каждым приемом пищи.

Производятся Houston Nutraceuticals. Если входящие в них папаин и бромелайн не переносятся ребенком, можно использовать **Zyme Prime** (без **HM**), который не содержит бромелайн и папаин.

**No-Fenol** – фермент, направленный на продукты с высоким содержанием фенолов. Очень полезен при фенольной чувствительности. Некоторые также дают его на пустой желудок для борьбы с дрожжевыми инфекциями. (Для этого нужны довольно



большие дозы).

**Peptizyde** - (Houston Nutraceuticals) - фермент с содержанием DPPIV специально разработанный для расщепления протеинов глютена, казеина, сои. Может помочь со случайными нарушениями БГБК диеты. Содержит также бромелайн и папаин. Если они не переносятся, можно использовать **AFP Peptizyde**. Эти ферменты полезны для того, чтобы подстраховаться от случайных вкраплений глютена.

При целиакии не помогает.

**Trienza** – комплексный фермент «три в одном», включающий в себя компоненты всех трех перечисленных выше ферментов.

## **Антикандидозные (антикандидные) средства**

Эти средства используются для борьбы с дрожжевыми инфекциями. Это часто встречаемое состояние у детей аутичного спектра, особенно если они принимали антибиотики. К эффективным антикандидозным средствам относятся следующие:

**Экстракт грейпфрутовых семян** (Grapefruit Seed Extract, GSE) применяется как эффективное антикандидозное средство.

**Масло орегано** (oil of oregano) – эффективное антикандидозное и антибактериальное с широким спектром действия.

**Толокнянка** (uva ursi) – хорошее антикандидозное и антибактериальное средство. При долгом применении может вызвать раздражение кишечника, поэтому следует принимать не более десяти дней подряд.

**Клюква** - естественное, очень эффективное антикандидозное средство.

**Каприловая кислота** (Caprylic Acid) применяется как антикандидозное средство. Каприловая кислота это жирная кислота. Она может быть в таблетках или в виде масла (практически безвкусного). Она убивает дрожжевые грибки только при непосредственном контакте и должна приниматься несколько раз в день.

**Candex, Candidase** - очень эффективные антикандидозные средства на основе ферментов. Безопасны, могут приниматься длительное время без ограничений. Принимается на пустой желудок. Наилучший эффект достигается, если через час после приема Кандекса принимать антикандидозное средство из вышеперечисленных.

Существует также ряд рецептурных антикандидозных средств, как Нистатин, Макмирор, Дифлюкан и другие. К сожалению, большинство аптечных форм выпускаются с лактозой, что делает их совершенно неприменимыми для детей на БГБК диете. Если врач выписал вашему ребенку антибиотик, обязательно внимательно изучите его состав. При наличии в составе лактозы (молочного сахара), пшеничной муки или аспартама, ни в коем случае не применяйте его, ищите безопасную замену.

**Внимание!** Так как все антикандидозные/антибактериальные средства убивают не только патогенную, но и полезную флору; прием этих средств необходимо сопровождать приемом пробиотиков. Принимать пробиотики следует с разрывом в несколько часов от приема антикандидозных средств.

## Антивирусные средства

**Экстракт оливкового листа** (Olive Leaf Extract) антивирусное и антибактериальное средство. Выпускается в жидком виде и капсулах.

**Лаурицидин** (Lauricidin) используется для укрепления иммунной системы. Укрепляя иммунную систему, помогает организму бороться с вирусами.

**Вирастоп** — мощный протеолитический фермент, исключительно эффективен при борьбе с вирусной нагрузкой. Антивирусная терапия Вирастопом проводится курсами, с достижением довольно высоких доз.

Внимание! У детей с сильной вирусной и бактериальной нагрузкой процесс освобождения от вирусов всегда сопровождается обострением кандидных проблем, подобно пене на грязной воде. Поэтому при вводе любых средств с антивирусным действием, таких как экстракт оливкового листа или лаурицидин, следует ожидать первоначального обострения дрожжей.

## Абсорбенты

**Активированный уголь** иногда используется, чтобы абсорбировать токсины, выделяемые в процессе выдирания патогенов (бактерий или дрожжей). Не используйте его в то же время, когда даете другие БАДы, т.к. он абсорбирует и их.

**Энтеросгель** — также очень хороший абсорбент. Не рекомендуется давать его на регулярной основе, т.к. это может нарушить усвоение ценных веществ из пищи.

**Эпсом соль**, она же английская соль или сульфат магния, часто применяется. Сульфат магния обеспечивает сразу магний и серу. Часто применяется в виде ванн или в виде крема для кожных аппликаций. Многие родители считают, что ванны с Эпсом солью или крем помогают справляться с фенольными проблемами и снять реакции, возникающие при плавании в хлорированных бассейнах. Может также сделать детей спокойнее и помочь спать лучше. Однако на некоторых детей может действовать и наоборот.

## **Незаменимые жирные кислоты**

**\*Необходимые жирные кислоты**, особенно омега-3, очень часто на низком уровне у аутистов. Рекомендованное соотношение омега-6 к омега-3 в питании 2:1. У многих детей может быть нарушено усвоение жирных кислот. Некоторые дети для переносимости добавки омега-3 нуждаются в предварительной «загрузке» омега-6 добавками типа масла вечерней примулы, которое содержит омега-6 в наиболее усвояемой форме. Для усвоения жирных кислот необходимо достаточное количество магния, а также антиоксиданты, чтобы предотвратить оксидацию жирных кислот уже в организме. Может также понадобиться восполнить дефицит таких веществ как таурин, витамины С и Е, селен, цинк, витамины группы В.

Некоторые дети лучше прогрессируют на добавках с высоким уровнем DHA, другие – с высоким уровнем EPA. EPA может конвертироваться в теле в DHA, обратное невозможно. Это важное замечание, особенно для более старших детей, которые нуждаются в меньшем количестве DHA, чем маленькие дети. Также важно понимать, что если ребенок развивается лучше от добавки с высоким содержанием EPA, его организм, скорее всего, способен

конвертировать EPA в DHA. Лучше всего давать масло утром вместе с едой, поскольку оно очень калорийно. Может помочь с диспраксией, кожными проблемами (гусиные пупырышки на коже, сухая кожа).

### **Источники омега-3**

**Рыбий жир**, или жир тресковой печени (cod liver oil) обеспечивает омега-3 жирные кислоты (в форме EPA и DHA), а также витамины А и D. Жир из мякоти рыб (Fish oil) обеспечивает высокую концентрацию омега-3, но не содержит витаминов А и D.

**Примечание.** При покупке рыбьего жира важно обращать внимание на надежность производителя, так как дешевые марки могут содержать повышенное количество ртути. Убедитесь, что производитель указывает на то, что производится высокая (молекулярная) очистка жира от металлов и пестицидов. Не забудьте также, что все источники омега-3 необходимо хранить в холодильнике.

**Льняное масло** является источником жирных кислот омега-3 и омега-6. Однако, у многих детей нарушена возможность конвертировать форму омега-3 из льняного масла (в форме ALA – alpha-linolenic acid), в нужную форму. Также льняное масло плохой источник EPA. По этой причине многие считают, что для детей с пищеварительными проблемами полезнее использовать рыбий жир в качестве источника омега-3.

**Льняное семя** в молотом виде является источником омега-3. Не следует давать более четырех столовых ложек в день, так как избыток может вызвать проблемы.

### **Другие добавки**

**Пробиотики** – добавки, восстанавливающие полезные бактерии в кишечном тракте. Следите, чтобы пробиотик был на немолочной основе. К сожалению, все российские пробиотики выращены на молоке и потому на БГБК диете неприменимы. При невозможности заказать пробиотики, выращенные на безмолочной основе, можно вырастить собственные «пробиотики» - ферментированные напитки

Самый простой – сок квашеной капусты.

Безмолочный кефир – очень эффективный, хотя и трудоемкий продукт. О его приготовлении можно найти информацию на нашем форуме.

Пробиотики даются отдельно от антибактериальных или антикандидных средств, с интервалом не менее полутора-двух часов.

**Аминокислоты** (Amino Acids) сравнительно сложный предмет, поскольку существуют значительные вариации возможных дефицитов среди аутистов. Попытка использовать наборы аминокислот широкого спектра часто может приводить к серьезным проблемам у аутистов. Некоторые получают специально составленные смеси, основанные на результатах тестов.

**Таурин** (Taurine) – аминокислота, уникальная тем, что ее можно добавлять безопасно без всякого тестирования. Это мощный антиоксидант и необходимая добавка для формирования желчи, без достаточного количества которой невозможно правильное усвоение витаминов и жиров.

Таурин также может сделать стул более коричневым, каким он и должен быть. Он считается необходимой добавкой, которая может быть введена ранее, чем многие другие добавки, в отличие от других

аминокислот. Может также помочь с реакцией на хлорку в бассейнах.

Таурин, принятый перед сном, может помочь для лучшего успокоения и сна. Некоторые родители успешно применяли таурин для уменьшения эпилептических приступов.

**\* Коэнзим Q-10 (CoQ-10)** очень важен для большинства детей. Лучше всего работает, если дается с жирными кислотами (омега-3 и -6) и витаминами С и/или Е.

**Диметилглицин, ДМГ (DMG)** может улучшить речь, глазной контакт. Может вызвать гиперактивность. Можно попробовать одновременно добавить фолиевую кислоту, чтобы уменьшить гиперактивность. Если гиперактивность все еще остается, попробуйте ТМГ. Рекомендуется утренний прием (см. также ТМГ).

**Триметилглицин, ТМГ (TMG)**, как и ДМГ имеет хорошие отзывы. Рекомендуется до него начать прием таурина. Также может вызвать гиперактивность.

**Глутатион** довольно противоречив. Многие аутисты имеют низкий уровень глутатиона — нормальное явление, когда организм болен. Однако добавление его в качестве добавки обычно оказывается неэффективным, т.к. он разлагается в ЖКТ. Некоторым помогает трансдермальный глутатион. Однако у многих глутатион может вызывать серьезные негативные реакции. Поэтому наилучший способ повысить глутатион — это ввод добавок, обеспечивающих выработку организмом собственного глутатиона.

**Мелатонин** считается антиоксидантом, особенно полезным для мозга. Большинство детей аутичного спектра не производят его в достаточном количестве. Помогает улучшить засыпание, но не решает

проблемы просыпаний среди ночи. У отдельных детей может, наоборот, нарушить сон. Обычно используется только 1-2 мг в день.

**\*Расторопша** (Milk Thistle Extract) может помочь поддержать печень. Помогает выводить токсины и очищает печеночные мембраны.

**Фосфатидилхолин или лецитин** (Phosphatidylcholine or lecithin) может быть полезен для печени, мозга (особенно для защиты миелинового слоя) и пищеварительной системы. Рекомендуются порошковая форма. Обычно вырабатывается из сои, но можно найти и на основе яиц.

**Альфа-липоевая кислота** (Alpha Lipoic Acid) — хотя общепринято мнение, что это безопасный антиоксидант, на самом деле ALA является опосредованным хелатором, который может пересекать гематоэнцефалический барьер и, таким образом, выводить металлы (ртуть) из мозга. Поэтому его нельзя принимать тем, у кого есть «серебряные» пломбы (амальгамы), или высокий уровень тяжелых металлов в крови по другим причинам. При подтверждении токсичности организма ртутью или даже подозрении на токсичность ALA можно принимать только в соответствии с протоколом хелирования, ни в коем случае не как обычную добавку-антиоксидант.

***Следите, чтобы она не входила в состав мультивитаминов, которые вы даете ребенку!***

## **Биодобавки, улучшающие работу надпочечников**

**Незаменимые жирные кислоты (омега):** названы незаменимыми потому, что наш организм нуждается в них для поддержания здоровья, но не может выработать их сам.

**Здоровые жиры.** Животные жиры лучший источник здоровых жиров.



Но они должны быть экологически чистыми. Мясо по возможности должно быть от коров или овец, выращенных на экологических пастбищах. Яйца от кур, выращенных на больших двоических пастбищах, а не в помещении.

Полностью исключите гидрогенизированные жиры.

**Неочищенная морская соль:** она помогает надпочечникам поднимать кровяное давление и удерживать воду в организме. Столовая очищенная соль не содержит необходимых минералов.

**Витамины группы В:** полный комплекс витаминов В (как В-50 или В-100) с большой дозой витамина В5 дополнительно (300-500 мг).

**Витамин В5** (пантотеновая кислота) активизирует надпочечники. Является прекурсором ацетил коэнзима А (часть цикла Кребса выработки клеточной энергии) и ацетилхолина (нейротрансмиттер). Дефицит В5 приводит к ослаблению функции надпочечников, выражающейся общей слабостью, головными болями, нарушениями сна, тошнотой и кишечным дискомфортом.

**Витамин С** (1-3 г в день) и антиоксиданты: буферизованная форма витамина С часто лучше всего переносится, растворенная в напитке, который пьется в течение дня. В любом случае лучше принимать витамин С, разделенный на несколько доз. Важно также обеспечить биофлавоноиды вместе с витамином С для улучшения антиоксидантного эффекта.

**Лакрица (солодка):** блокирует разрушение гидрокортизона в печени, в результате чего уровень гидрокортизона повышается, и это замедляет выработку АКТ Г гипофизом, давая надпочечникам необходимый отдых. Можно принимать в различных формах, включая

настой из солодки. По мере восстановления функции надпочечников, прием солодки можно постепенно снизить.

Лакрицу следует принимать с осторожностью людям, страдающим гипертонической болезнью, или с больным сердцем.

**Экстракт коры надпочечников (Adrenal Cortex Extract):** очень важен в начале восстановления функций надпочечников, поскольку дает непосредственный материал для их поддержки, а также содержит небольшое количество гормонов коры надпочечников. Количество гормонов не настолько велико, как в рецептурных препаратах, предназначенных для людей с серьезными проблемами в этой области, однако как раз достаточно для поддержки функций ослабленных надпочечников

**Магний.** Магний очень важен для выработки клеточной энергии (АТФ - аденозинтрифосфорная кислота). Также, он очень полезен для расслабления напряженных мышц при состояниях, подобных фибромиалгии.

**GABA (ГАМК – гамма-аминомасляная кислота)** стимулирует GABA рецепторы – то, что делает Валиум. Обычный эффект - снижение тревожности.

**Аминокислоты:** у людей со слабыми надпочечниками часто нарушено пищеварение, в первую очередь страдает расщепление протеинов в аминокислоты. Надпочечники нуждаются в аминокислотах. Как и витамин С аминокислоты/комплекс аминокислот тоже лучше принимать в напитке в течение дня.

***Список полезных сайтов и литературы:***

Сайт «Аутизм. Помощь родителям»

<http://www.autism.forum2x2.ru>

Сайт ARI (Институт изучения аутизма)

<http://www.autism.com/>

Русскоязычная страница сайта ARI

[http://www.autism.com/tran\\_ru\\_index.asp](http://www.autism.com/tran_ru_index.asp)

Сайт с материалами ДАН! конференций

<http://www.DANConference.com>

Сайт с новостями ARI

<http://www.AutismNewsletter.com>

Сайт «Autism-Mercury» («Аутизм-Ртуть»)

<http://health.groups.yahoo.com/group/autism-mercury/>

Сайт Даны

<http://www.danasview.net/index.htm>

Сайт «Правда о DMPS»

<http://www.dmpsbackfire.com/default.shtml>

«Алюминий в вакцинах» на сайте «Neurological Gamble»

[http://www.whale.to/vaccine/Aluminum\\_in\\_Vaccines.pdf](http://www.whale.to/vaccine/Aluminum_in_Vaccines.pdf)

Сайт с информацией о вакцинах (о составе и последствиях вакцин, о правах родителей) «Thinktwice Global Vaccine institute»

<http://www.thinktwice.com/aboutus.htm>

Children with Starving Brains. A Medical Treatment Guide for Autism Spectrum Disorder («Дети, у которых голодает мозг». Руководство по лечению для детей с диагнозом РДА) by Jaquelyn McCandless, Teresa Binstock, and Jack Zimmerman (Feb. 2009)

Autism: Effective Biomedical Treatments (Have We Done Everything We Can For This Child? Individuality In An Epidemic)

«Аутизм: Эффективное биомедицинское лечение. (Сделали ли мы все, что мы можем для наших детей? Индивидуальность в эпидемии)»

M.D. Sidney Baker (Author), Ph.D. Jon Pangborn (Author), Rimland, Ph.D. Bernard (Introduction), Jon Pangborn PhD (Author), Sidney M Baker MD (Author), Bernard Rimland PhD (Introduction)

The Association between Schizophrenia, Celiac Disease and the Gluten-Free Diet («Связь между шизофренией, целиакией и диетой, свободной от глютена»)

Acta Psychiatr Scand 2005:1-9. © 2005 Blackwell Munksgaard.

Schizophrenia Linked to Celiac Disease and Other Autoimmune Diseases («Связь шизофрении с целиакией и другими аутоиммунными заболеваниями»)

American Journal of Psychiatry 163:521-528, March 2006

## **Отзывы родителей о сайте и биокоррекции**

....Мы здесь одна большая семья, которую объединило, к сожалению, несчастье и объединяет счастье. Боль, обида, вопросы – почему? Депрессии, слезы, но... я хочу добавить, что, несмотря на то, что Галя, Тамара и ты, Лида, и все мамочки – Люди с Большой Буквы, которые протягивают свою руку помощи, хотя у них своих дел выше крыши. Спасибо, что вы находите время, чтоб ответить и помочь.

Я прошла много этапов, от нежелания жить и опускания рук до веры в победу над аутизмом!

Я стыдилась своего ребенка, когда он начал руками махать, сейчас, когда пишу, наворачиваются слезы, я не понимала во многом своего малыша, я была одна со своей бедой и никто, казалось, не понимал меня. Когда я нашла этот сайт, я стала другим человеком, я обрела надежду, даже не надежду, а уверенность в том, что мой малыш будет жить полноценной жизнью. Спасибо всем, спасибо за все. Я с вами прощаюсь до завтра...

*...А я хотела бы выпить за нашу материнскую веру, за тех детей, которых приговорили врачи к тому, что им никогда не ходить, а они начали бегать, за тех детей, которые не могли сами кушать и начали кушать, за тех детей, которые, казалось бы, до старости не поймут, как пойти на горшок, а не в штаны, и вдруг начали ходить на горшок. За мам и пап, которые каждый день, может, теряют веру от боли и усталости, но находят силу эту веру вернуть и идти дальше. А вообще, я мечтаю никогда-никогда не знать слова аутизм или «другие дети», или ДЦП, никогда не думала, что будет от этих слов так больно...*

...На комиссии я наблюдал за Ваней и мальчиком Никитой.

Мы вместе ходили в коррекционный садик. Семь месяцев назад нам районный психиатр вынесла приговор - дети-идиоты и водить их в садик не нужно.

И вот прошло время. Никита остался на прежнем уровне, если не деградировал. Бегал, мычал — за двадцать минут ни одного осмысленного движения, ни одного членораздельного звука.

Ваня сидел спокойно, с интересом разглядывал членов комиссии. Собирал головоломки, выполнял инструкции типа «дотронься пальчиком до носа». И тут я подумал — а ведь мы недавно были на одном уровне. И если бы не диета, Ваня сейчас был бы точно такой, как

Никита.

Спасибо вам всем, большое и нужное дело...

*...Не могу здесь промолчать, так хочется показать нашу медицинскую карту, в которой все врачи хором с первых дней писали «здоров». У нас не было видимых аллергий, на прививки реакций 4не было». Только теперь я понимаю, что не все так просто. Все так же думали – разрастется. А диагноз нам поставили только в четыре года. С годами проявились проблемы с ЖКТ, появился пьяный смех и т.д. А сейчас нам 15 и я, конечно, понимаю что мой поезд ушел, но даже сейчас, на диете и еще не полном базовом протоколе у нас много успехов. Я призываю вас – не бросайте этот путь. Вам повезло, что вы нашли его в таком раннем возрасте. Лечить надо причину, а не только последствия. Это я про логопедов, дефектологов и психиатров...*