

Autyzm trzeba leczyć kompleksowo

Zaburzenia mowy, opóźnione reakcje, problemy z nawiązywaniem kontaktów – to dla wielu osób pierwsze skojarzenia z chorobą, jaką jest autyzm. Jednak nie zapominajmy, że ta dolegliwość dotyczy całego organizmu i atakuje zarówno komórki mózgowe, jak i układ trawienny oraz odpornościowy. O różnych aspektach tego schorzenia przypomina po raz kolejny trwający od 1 grudnia Europejski Tydzień Autyzmu.

Rosnąca liczba dzieci chorujących na autyzm powoduje, że wzrasta również nasza świadomość na temat złożoności tego problemu. Pomagają w tym kampanie społeczne i konferencje naukowe, dzięki którym dowiadujemy się, jak rozpoznać objawy tej choroby i gdzie szukać pomocy oraz wsparcia. Pretekstem, by po raz kolejny szerzyć wiedzę na temat tego schorzenia, jest Europejski Tydzień Autyzmu. Przy tej okazji warto zwrócić uwagę na fakt, że autyzm wiąże się nie tylko z problemami natury pedagogicznej i psychologicznej. Schorzenie to może łączyć się także z typowo biologicznymi dolegliwościami, a jego leczeniu powinna towarzyszyć również odpowiednio dopasowana dieta.

Autyzm chorobą metaboliczną?

Dzieci chore na autyzm zmagają się między innymi z trudnościami w wyrażaniu swoich potrzeb czy przetwarzaniu doznań zmysłowych. Odnaleźć się w najbliższym otoczeniu pomagają im specjalistyczne metody leczenia, do których należą między innymi terapia neurobiologiczna, znana pod nazwą Metody krakowskiej. Dzięki temu maluchom łatwiej jest komunikować się z rodzicami i nawiązywać kontakt z rówieśnikami. Jednak nie należy zapominać, że autyzm wiąże się także z innego rodzaju zaburzeniami. – *Dzieci z autyzmem, oprócz trudności natury poznawczej czy społecznej, mogą zmagać się także z dolegliwościami metabolicznymi, takimi jak zaburzenia trawienia czy osłabiony lub uszkodzony system immunologiczny* – wyjaśnia dr Justyna Leszka, Dziekan Wyższej Szkoły Edukacji Integracyjnej i Interkulturowej, organizującej corocznie Ogólnopolskie Forum Autyzmu. – *Mogą ich dotyczyć niedobory witamin, zaburzenia równowagi bakteryjnej w jelitach i obniżona zdolność do usuwania z organizmu metali ciężkich oraz zwalczania wolnych rodników. Zdarza się, że mają też osłabioną odporność, przez co są bardziej narażone na różnego rodzaju infekcje* – dodaje.

Z tego powodu terapeuci zwracają uwagę, by w przypadku wystąpienia takich dolegliwości pomoc pedagogiczno-psychologiczną wspierać także terapią biomedyczną. Polega ona przede wszystkim na uzupełnianiu niedoborów witamin za pomocą odpowiednio dobranych suplementów, a także stosowaniu preparatów podnoszących odporność. Jej elementem jest także ułożenie właściwej diety, której stosowanie jest wsparciem dla psychoterapii i może znacznie ułatwić leczenie chorego na autyzm.

Mamo, co mogę jeść?

Profesjonalnie sporządzona dieta może rozwiązać występujący często u maluchów chorych na autyzm problem podatności na różnego rodzaju alergię i nietolerancję pokarmową. – *Przed zmianą jadłospisu warto przeprowadzić panel alergiczny, by mieć pewność, jakich produktów dziecko powinno unikać. Warto wykonać między innymi podstawowe badanie krwi, moczu i hormonów* – mówi dr Justyna Leszka z WSEiII. – *Z wynikami testów należy następnie udać się do specjalisty, który jest w stanie przygotować najbardziej optymalny jadłospis dla dziecka. W wielu przypadkach do poprawy funkcjonowania chorych dzieci przyczynia się dieta bezglutenowa, bezmleczna i bezcukrowa, jednak pamiętajmy, że ostateczną decyzję opartą na indywidualnym przypadku powinien podjąć specjalista* – dodaje.

Może się zdarzyć, że dietetyk usunie z codziennego menu naszego dziecka takie produkty, jak słodczyce, słodkie owoce (na przykład banany i winogrona), keczup, majonez, masło, biały chleb czy ziemniaki. W zamian wprowadzić może kaszę gryczaną lub jaglaną, brązowy ryż, jajka, ryby, drób czy warzywa zielone. Każdy mały pacjent jest jednak traktowany indywidualnie, dlatego tak ważne jest, by produktów tych nie eliminować na własną rękę, a jedynie na wyraźne zalecenie dietetyka.

Autyzm jeszcze jakiś czas temu traktowano jako nieuleczalną chorobę. Dziś pojawiają się kolejne metody terapeutyczne, które pomagają w zmaganiach z tą dolegliwością. Coraz częściej docenia się zintegrowany proces leczenia, polegający na łączeniu terapii psychologicznej z biomedyczną. Dzięki połączeniu sił pedagoga specjalnego i dietetyka można skuteczniej wspierać rozwój chorego dziecka.