ИСХРАНАТА КАКО ЛЕК КАЈ ДЕЦА СО АУТИЗАМ



**Величкова, Н. Висока здравствена школа, Факултет за медицински науки, Универзитет “Гоце Делчев” Штип**

 **Воведен дел:** Една од најчестите “болести” кај децата во денешно време е аутизмот. За разлика од претходните години кога болеста многу малку се споменуваше и елеборираше како проблем во светската популација, денес нејзината застапеност во светски размери изнесува 1:100 деца, и истата многу почесто се сретнува кај машки деца (3-6 машки: 1 девојче). Аутизмот претставува физиолошко оштетување на мозокот, кое допринесува за намалување или прекинување на комуникацијата со околната средина. Тоа е третото наследно развојно пореметување по својата зачестеност, после менталната ретардација и церебралната парализа. Аутизмот многу почесто се јавува во споредба со мултиплата склероза, цистичната фиброза и други наследни заболувања, сепак за нејзино лекување се посветува многу помало внимание и средства, за разлика од претходно споменатите болести. Освен основните и првични клинички знаци за аутизам хематолошките тестови (биохемиските и физиолошки) и анализи се од особено значење за утврдување на појавата на аутизам. Некои од овие тестови вклучуваат алергија на храна, органска киселина, аминокиселини, одредувања на нивото на серотонин, присуство на тешки метали, и др. Анализите на крвта, урината или косата, генерално кај сите аутистични деца установуваат појава на зголемување на содржината на тешки метали (олово, антимон, арсен, и кадмиум). Многу често кај децата со аутизам е забележан дефицит на витамини од групата B, цинк, селен и магнезиум. Многу битен факт е тоа што аутистичните деца имаат ниско ниво на холестерол во крвта, што како податок е многу битен за понатамошната нивна исхрана и лекување. Д-р Киначи од Турција на првата конференција за аутизам во Штип, укажа дека еколошките загадувања и лошата исхрана се едни од главните фактори кои го предизвикуваат аутизмот.

 **Цели на трудот:** Да се утврдат ефектите на правилната и соодветна исхрана врз процесот на социјализација и адаптација кај деца со аутизам.

 **Материјал и методи:** Во истражувањетобеа вклученидве деца, (едното од Штип другото од Пробиштип) на 6годишна возраст кај кои веќе 3год. е установен аутизам. Родителите кај овие деца применуваат посебен режим на исхрана, кој се базира на исхрана без глутен (брашно, ориз и јачмен), казеин (млеко), соино млеко и засладување со шеќер. Наспроти тоа конзумираат многу свеж зеленчук и овошје како и постојано го внесуваат растението *Ginko biloba* заедно со Q10, и многу витамини (особено витамин C). Избегнуваат внесување на конзерванси и адитиви бидејќи содржат тешки метали и токсиканти кои аутистичните деца не можат толку лесно да ги исфрлат од организмот. Постојаниот контакт со нив и со нивните родители, наставници и блиски укажуваат на следниве:

 **Резултати:** **Испитување на случај (Case study):** Имајќи во предвид дека казеинот и глутенот се слични протеини кои кај аутопсични деца негативно влијаат на мозочната функција и предизвикаат кожни и дигестивни промени, (во прв ред алергиски реакции), кај овие деца констатиравме дека подолго време (повеќе од една година) не се регистрирани никакви алергиски реакции. Кај нив e намалена хиперактивноста а е зголемен степенот на концентрација. Се претпоставува дека истото е условено од паралелно внесување на *Ginko biloba*  со коензимот Q10, кој од своја странa допринесува за поголем транспорт на кислород до мозокот. Внесување на витамин C кај овие деца условува намалување на инфекциите и зголемување на имунитетот.

 **Заклучок:** Освен со медицински третмани (хипербарична комора) аутизмот може да се лекува и со правилна исхрана, постојано внесување на витамини и минерали, како и бихејвиорална терапија. Нутриционистичките сугестии се особено битни во лекувањето на ова заболување, со што ќе се подобри недостатокот на витамини и минерали во организмот како услов за подобрување на здравјето кај овие лица.

****