

Spis treści

Wstęp	7
Rozdział 1	
Czym jest spektrum autyzmu	9
Rozdział 2	
Historia interwencji dietetycznych w leczeniu autyzmu ..	13
Dieta bezglutenowa/ bezkazeinowa (GF/CF)	13
Siarczany i salicylany	13
Specyficzna dieta węglowodanowa	14
Dieta ketogenna	14
Płynne odżywki	15
Dieta niskoszczawianowa	15
Rozdział 3	
Krótki przewodnik po naukowym podłożu interwencji ...	17
Nadmiar opioidów	17
Siarkowanie	18
Trawienie węglowodanów oraz specyficzna dieta węglowodanowa	19
Rozdział 4	
Powrót do podstaw	21
Kiedy rozważyć specjalną dietę	21
Jak zacząć	21
Metody podejścia	24
Czy to wszystko	26
Co dalej	26
Dlaczego nie widać poprawy	29
Rozdział 5	
Piramida szkodliwych pokarmów	31
Rozdział 6	
Szkolny niezbędnik	35
Edukowanie szkoły	35
W szkole	36
W domu	36

Rozdział 7	
Niezbędnik dla nauczycieli i terapeutów	39
Planowanie lekcji	39
Środowisko klasowe	39
Boisko szkolne	40
Stołówka	40
Higiena osobista	41
Specjalne okazje	41
Analiza ryzyka zajęć poza szkołą	41
Szkolenie w zakresie pomocy w nagłych wypadkach	42
Rozdział 8	
Powiadki ku przestrodze	45
Rozdział 9	
Studium przypadku	47
Rozdział 10	
Co trzeba wiedzieć o składnikach spożywczych	51
Źródła glutenu i kazeiny	51
Azotany i azotyny	55
Dodatkowe informacje o dodatkach do żywności	55
Glutaminian sodu (MSG E621)	57
Aspartam	58
Szczególnie szkodliwe są	58
Lekarstwa	58
Salicylany	58
Postówie	60
Z medycznego forum o autyzmie	60
Materiały	61
Lista częstych, klasycznych objawów	61
Wyjaśnienie tabel	62
Plan szkolnej opieki zdrowotnej	63
Codzienna dieta	65
Codzienna dieta a zachowanie	66
Zalecana literatura	67
Bibliografia	69
Indeks	77
Aneksy do wydania polskiego	
Aneks 1. Literatura w języku polskim	79
Aneks 2. Gdzie szukać pomocy	80
Ośrodki diagnozy i psychologicznego leczenia autyzmu	80
Inne terapie dla dzieci	81
Suplementy, lekarstwa, dieta	81