

بسم الله الرحمن الرحيم

بنیاد سلامت دکتر راث

درک اوتیسم

شواهد علمی، راهبردهای طبیعی و گام‌های عملی
برای دستیابی به یک زندگی سالم و موفق

نوشته دکتر میریا هولتروپ و

دکتر الکساندرا نیدجویسکی

مترجم: محبوبه صادقی



پردیس
اندیشه

سرشناسه: هولتروپ، میریا (Holtrop, Mirja)
عنوان و نام پدیدآور: درک اوتیسم: شواهد علمی، راهبردهای طبیعی و گام‌های عملی برای دستیابی به یک زندگی سالم و موفق /
نوشته میریا هولتروپ، الکساندرا نیدجویسکی؛ مترجم محبوبه صادقی؛ [به سفارش] بنیاد سلامت دکتر راث.

مشخصات نشر: تهران: پردیس اندیشه، ۱۴۰۰.

مشخصات ظاهری: ۶۷ ص.: مصور؛ ۲۱/۵×۱۴/۵ س.م.

شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۸۴۲۹-۷-۳

وضعیت فهرست‌نویسی: فیا

یادداشت: عنوان اصلی: Understanding Autism (Scientific evidence, natural strategies and practical steps to achieve a healthy and thriving life), 2021.

یادداشت: کتابنامه.

موضوع: درخودماندگی کودکان (Autism in children)

شناسه افزوده: نیدژیکی، ا. (آلکساندرا)

Niedzwiecki, A. (Aleksandra)

شناسه افزوده: صادقی، محبوبه، مترجم

شناسه افزوده: بنیاد سلامت دکتر راث

شناسه افزوده: Dr. Rath Health Foundation

رده‌بندی کنگره: RJ۵۰۶

رده‌بندی دیویی: ۶۱۸/۹۲۸۵۸۸۲

شماره کتابشناسی ملی: ۸۵۵۳۹۵۷

اطلاعات رکورد کتابشناسی: ۰۰۱

درک اوتیسم

شواهد علمی، راهبردهای طبیعی و گام‌های عملی برای دستیابی به یک زندگی سالم و موفق

نوشته دکتر میریا هولتروپ و

دکتر الکساندرا نیدجویسکی

مترجم: محبوبه صادقی

شمارگان: ۵۰۰

نوبت چاپ: اول

سال چاپ: ۱۴۰۰

قیمت: ۸۰۰۰۰ تومان



۰۲۱_۲۲۵۹۸۳۷۴

۰۹۱۲۸۵۹۸۷۹۶

Pardys.andisheh@gmail.com

تهران، میدان هروی، خ موسوی غربی، خ مجید افشاری، کوچه جعفری غربی، پلاک ۳۹، همکف

فهرست مطالب

مقدمه.....	۵
از کجا باید شروع کرد؟.....	۷
علائم اوتیسم (ASD).....	۹
عوامل ریسک برای اوتیسم به طور قطعی مشخص نشده‌اند.....	۱۴
زمان‌بندی واکسن.....	۲۹
درمان متعارف اختلال طیف اوتیسم.....	۳۲
بررسی نشانه‌ها و دلایل اوتیسم با رویکردهای طبیعی.....	۳۸
انتخاب‌های غذایی برای یک بیماری اوتیستی.....	۴۷
نقش مهم ریزمغذی‌ها.....	۵۱
چه کارهای دیگری می‌توانید انجام دهید؟.....	۵۶
منابع.....	۵۸

مقدمه

فارغ از آن که پدر، مادر یا خویشاوند یک کودک اوتیستی یا صرفاً علاقه‌مند به مسئله اوتیسم باشید، احتمالاً پرسش‌های زیادی درباره دلایل، درمان‌های موجود و راه‌هایی پیشگیری از این عارضه دارید. اوتیسم یکی از مشکلات به‌سرعت در حال رشد در جامعه ماست و به توجه جدی نیاز دارد. براساس گزارشی که سازمان بهداشت جهانی (WHO) در سال ۲۰۱۷ منتشر کرد، تقریباً از هر ۱۰۰ کودک یک کودک مبتلابه اوتیسم است. برخی دانشمندان برآورد کرده‌اند که اگر وضع به همین منوال ادامه یابد، تا سال ۲۰۲۵ در هر ثانیه یک کودک دچار اوتیسم متولد خواهد شد.

این پیش‌بینی‌ها هراس‌انگیزند. افزون بر این، اوتیسم سندرمی چندوجهی است که در حال حاضر راه‌حل درمانی قطعی برای آن وجود ندارد. از این رو، اکثر والدین مجبورند خود بهترین گزینه از میان راهکارهای موجود و نحوه ترکیب آن‌ها با یکدیگر را پیدا کنند.

هرچند بسیاری از کتاب‌های پُر فروش و محبوب در این حوزه به والدین یاد می‌دهند چطور فرزند خود را به نحوی آموزش دهند که بتواند عملکرد بهتری در تعاملات اجتماعی داشته باشد، اما هیچ توضیحی درباره نحوه بهبود مشکلات اصلی بیمار ارائه نمی‌دهند. کاوش در مطالعات صورت گرفته راجع به نقش ریز مغذی‌ها در اوتیسم برایمان روشن



ساخت که علمی کاربردی امروز تا چند با حمایت از استفاده والدین کودکان اوتیستی از گزینه‌های طبیعی، ایمن و مؤثر جدید به منظور کمک به بهتر شدن کودکان آن‌ها فاصله دارد. اینجاست که شعار «غذا، داروی شماست» معنای واقعی پیدا می‌کند.

قصد نداریم درمان‌های خاصی را تجویز کنیم تا بگوییم پزشکتان باید چه کارهایی برای شما انجام بدهد. این‌ها تصمیماتی هستند که شما و پزشکتان باید بگیرید.

هدف ما کمک به شما برای درک بهتر پیچیدگی اوتیسم و آگاهی از آخرین پژوهش‌های صورت گرفته در این حوزه است. با مجهز شدن به سلاح دانش می‌توانید گزینه‌هایی پیش رویتان را تحلیل کرده و بهترین‌ها را برای شرایط خاص خود انتخاب نمایید. افزون بر این، اطلاعاتی ارائه شده در این کتابچه به شما کمک می‌کنند دانش خود درباره اوتیسم را توسعه داده و به دست‌های وسیع‌تر تعمیم ببخشید. این فرصت ممکن است پرسش‌های جدیدی برایتان ایجاد کند یا باورهایتان را زیر سؤال ببرد. به همان میزان ممکن است مسیرهای کاملاً جدیدی به رویان گشوده شود. در هر حال اطمینان داریم که پیشرفت‌های مستمر در تحقیقات علمی روی ریز مغزی‌ها گزینه‌ها و راه‌حل‌های بیشتری در رابطه به درمان اوتیسم فراهم خواهد ساخت.

در نگارش این کتاب افراد مهمی به طرق مختلف یاری‌مان دادند. خانم الیزابت ولز، متخصص تغذیه، گذشته از ارائه نظرات و پیشنهادهای ارزشمند، کمک‌های شایانی به ویرایش حرفه‌ای نسخه‌های مختلف متن داشتند. حمایت بی‌دریغ، نظرات بینش‌آفرین و تشویق‌های مداوم دکتر ماتیاس راث در طول نگارش کتاب فراموش‌نشدنی است. همچنین از پل آنتونی تیلور به پاس حمایت بی‌دریغ از کارمان سپاس‌گزاریم.

کتاب حاضر به شما قدرت عمل می‌دهد پس اجازه دهید بدون فوت وقت کار را شروع کنیم. مداخله زود هنگام می‌تواند تفاوتی عظیم در رشد و زندگی افراد اوتیستی ایجاد نماید.