**Homeopāte Silvija ĀBELE**

**Lic ISH, CGP, MNHL, Dr Chem**

Lekcija **GAPS filozofija, diēta un dzīvesveids – vai cerība autismam?**

Latvijas Autisma Apvienības telpās Torņa ielā 4, Rīgā

**2014. gada 15. aprīlī plkst 17.00**

GAPS ir saīsinājums no vārdiem Gut And Psychology Syndrome. Tāds pat nosaukums ir grāmatai, ko sarakstījusi krievu tautības ārste neiroloģe Natasha Campbell-McBride, kas tagad dzīvo un strādā Lielbritānijā, Kembridžā. Būdama vēl medicīnas studente un vēlāk ārste neiroloģe, daktere Campbell-McBride nekad savā ārstes praksē nebija sastapusi cilvēku ar autisma spektra diagnozi. Pirmais autiskais cilvēks, ko viņa satika, bija viņas pašas dēls. Ārste saprata un no pieredzes zināja, ka viņas profesija un klasiskā medicīna neko nespēja viņas dēlam piedāvāt.

Daktere vēlreiz atsāka studijas, ieguva Maģistres grādu uzturzinātnē, un uzsāka sava dēla atveseļošanu. Šodien ārstes Campbell-McBride dēls dzīvo pilnvērtīgu dzīvi, bet viņas izveidotā GAPS diēta turpina palīdzēt atveseļoties daudziem cilvēkiem ar mentāla rakstura slimībām (kā šizofrēnija un autisms), bērniem ar uzvedības traucējumiem (ADD, ADHD), cilvēkiem, kas cieš no depresijas, disleksijas, dispraksijas, zarnu trakta problēmām, utt.

2014. gada martā esmu piedalījusies GAPS konsultantu kursos Londonā pie GAPS autores Dr Campbell-McBride un ieguvusi GAPS konsultanta sertifikātu. Lekcijā ieskicēšu GAPS programmas un diētas pamatprincipus. GAPS diētas pamatā ir doma, ka cilvēka smadzeņu darbību tiešā veidā ietekmē tas, cik vesela vai slima ir zarnu mikroflora. Līdz ar to, atveseļojot zarnu traktu, iespējams uzlabot smadzeņu darbību un atjaunot tās funkcijas pilnīgi vai daļēji. Ne tikai uzskaitīšu aizliegtos un vēlamos produktus, bet došu padziļinātu skaidrojumu, kāds tiem sakars ar autisma spektra slimībām. Norādīšu uz literatūras avotiem saistībā ar šo un līdzīgām diētām.

**Homeopāte Silvija ĀBELE**

**Lic ISH, CGP, MNHL, Dr Chem**

Lekcija **Homeopātija, CEASE terapija un Autisms**

Latvijas Autisma Apvienības telpās Torņa ielā 4, Rīgā

**2014. gada 17. aprīlī plkst 17.00**

Homeopātija – dabisks veids veselības uzlabošanai un uzturēšanai. Homeopātijas pamatlicējs ir vācu ārsts Samuels Hanemans, un tai ir vairāk nekā 200 gadu sena vēsture. Homeopātija ir droša un saudzīga alternatīvās medicīnas sistēma, kas lieto no dabas vielām iegūtus preparātus, lai stimulētu organisma dabisko spēju atveseļoties. Homeopātija ir holistiska pieeja cilvēka veselībai, kas uzsver fiziskā un garīgā ķermeņa vienotību un nedalāmību. Homeopātijā ņem vērā, ka katrs cilvēks ir individualitāte, un tā ārstē cilvēku, nevis viņa slimību vai diagnozi.

Lekcijā īsi ieskicēšu galvenos homeopātijas filozofijas un praktiskos aspektus (kā notiek homeopāta un pacienta sadarbība, ka sir homeopātiskie preparāti, utt.), bet vairāk runāšu par homeopātijas iespējām atbalstīt cilvēkus ar autiskā spektra diagnozi. Īpaši uzsvēršu nīderlandiešu homeopāta Tinus Smits darbu - CEASE terapiju. Minēšu piemērus par veiksmīgiem autisma ārstēšanas gadījumiem. Padalīšos ar savu nelielo pieredzi homeopātijas studentu klīnikā, konsultējot 10 gadīgo Benu. Došu informāciju par resursiem attiecībā uz CEASE terapiju, homeopātiju un autismu (arī Aspergera sindromu) – gan grāmatas, gan interneta vietnes.