



Всероссийский  
научно-практический вебинар  
**«Способы преодоления  
избирательного пищевого  
поведения у детей с РАС»**

15 февраля 2019 г.



# Введение в понятие и проблемы пищевое поведения у детей с расстройствами аутистического спектра



Правильное пищевое поведение – это

- »» Набор продуктов, который потребляет человек
- »» Режим потребления пищи
- »» Причины, по которым ест человек





# Какие виды поведения, сопровождающие прием пищи возможны у детей с диагнозом РАС?





## Entoni Vissoker, Eynat Gal перечислили:

- »» Отказ от еды
- »» Избирательное пищевое поведение
- »» Агрессии, истерики во время кормления
- »» Долгое жевание, оставление еды за щекой
- »» «Торопливая» еда, отказ от жевания
- »» Поедание несъедобного
- »» Пищевая неофобия
- »» Ритуалы, сопровождающие прием пищи
- »» Плохой аппетит (6,7% детей с РАС)
- »» Переедание/недоедание
- »» Проблемы желудочно-кишечного тракта





# Как часто мы встречаемся с проблемами пищевого поведения у детей с РАС?

Сравнение показателей у детей с диагнозом расстройства аутистического спектра и нейротипичных детей





Какое пищевое поведение будет встречаться наиболее часто?



аутизм  
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ  
РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР



# Избирательное пищевое поведение

- 72 – 90 % случаев избирательное пищевое поведение будет присутствовать у детей с диагнозом РАС (западные исследования)
- 81% случаев по данным диссертационного исследования (Тогулева В.К., руководитель Бородина Л.Г.) на выборке – русскоязычные родители детей с РАС

## **Делится на:**

- Патологическое пищевое поведение – ребенок потребляет до 5 наименований продуктов питания
- Пограничное пищевое поведение – ребенок потребляет от 6 до 21 наименования продуктов питания







## Избирательное пищевое поведение

**Вычеркивает одну или несколько групп продуктов питания:**

»» Белки (мясо, птица, рыба, бобовые)

»» Молочные и кисломолочные продукты

»» Овощи

»» Фрукты

»» Крупы, зерновые, крахмалы

*Если ребенок употребляет все группы продуктов по 1-2 наименования продуктов, то его пищевое поведение относится к «придирчивым едокам» («малоежки»)*





# Современные исследования проблем пищевого поведения у детей с диагнозом РАС



Что хотели бы исследовать вы?



**аутизм**  
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ  
РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР



# 1 группа исследований

## Ищут связь между

Пищевым поведением

Нежелательным  
поведением

Проблемами со сном

Состоянием

желудочно-кишечного  
тракта





# 2 группа исследований

## Ищут причины

Тяжести проявлений  
симптомов РАС

В наличии проблем  
желудочно-кишечного  
тракта





# 3 группа исследований

## Исследуют влияние

Различных препаратов  
и/или добавок  
для нормализации  
функций  
желудочно-кишечного  
тракта

На улучшение  
(снижение  
проявлений)  
симптоматики,  
связанной с РАС





# 4 группа исследований

## Ищут связь между

Непереносимостями  
(в том числе глютена и  
казеина)

И наличием РАС  
и/или его тяжестью





# 5 группа исследований



## Изучают

Факторы поведения и  
окружающей среды

В качестве основных  
причин  
избирательного  
пищевого поведения  
и сопутствующих  
проблем







# 6 группа исследований

**Изучают**

Диетотерапию

Как вариант  
вмешательства для  
детей с РАС





# Кишечный микробиом атипичный при РАС

Frye Richard E., Rossignol Daniel A.\*

## Были выделены 2 группы детей:

» Дети, у которых симптомы желудочно-кишечных заболеваний появились ДО или во время «манифестации» симптомов аутизма

» Дети, имеющие регрессивный тип аутизма



аутизм  
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ  
РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР



# Какие добавки вы пробовали для детей с РАС?



**аутизм**  
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ  
РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР



# Что изучают в области введения добавок при наличии РАС?



»»» Витамин D

»»» Витамин D и омега-3

»»» Иммуноглобулин человеческий перорально

»»» Пробиотики и ферменты

»»» Железо

»»» Недостаток аминокислот (из-за нехватки белков)

»»» Антибиотики



# Пробиотики

Roni Enten Vissoker, Yael Latzer, Eynat Gal\*

**\*8 из 10 детей**, получавших пробиотическую смесь, показали улучшения в основных симптомах РАС – **поведение** и **коммуникация**

## Пробиотики

- Живые непатогенные микроорганизмы, которые приносят пользу здоровью и улучшают физиологические условия в организме человека
- Должны вводиться в адекватных количествах
- Могут быть введены в виде пищевого ингредиента, добавки или лекарственного средства





## Цинк

«Отсутствие цинка во время раннего развития может способствовать аутизму вследствие нарушения синаптического созревания и образования нейронных сетей»\*

\*Professor John Huguenard, also of Stanford University School of Medicine





# Сопутствующие особенности и коморбидные заболевания у детей с РАС



# Избирательное пищевое поведение у детей с РАС



- »»» Особенности сенсорного восприятия 66%
- »»» Проблемы желудочно-кишечного тракта 57%
- »»» Специфические модели родительского поведения 48%
- »»» Пищевая неофобия 30%
- »»» Аллергии/непереносимости 27%
- »»» Поедание несъедобного 22%
- »»» Питьевой/блендированный рацион 13%





# Проблемы желудочно-кишечного тракта





# Проблемы желудочно-кишечного тракта

- »»» Запор
- »»» Диарея
- »»» Метеоризм
- »»» Боли в животе
- »»» Гастрит, язва, панкреатит
- »»» Рефлюкс
- »»» Рвота
- »»» Ночные пробуждения
- »»» Необъяснимое раздражение

Индекс тяжести ЖКТ		
На основе заполнения дневников пациентов и обследования у специалиста		Баллы
Симптомы		
Запор	0= 5 или более раз стул в неделю	= _____
	1= 3-4 стула в неделю	
	2 = 0-2 стула в неделю	
Диарея	0= 0-1 жидкий стул в день	= _____
	1 =2-3 жидких стула в день	
	2 = 4 и более жидкий стула в день	
Консистенция стула (в среднем)	0= Сформированная	= _____
	1 = Жидкая/несформированная	
	3 или более дни в неделю	
Запах стула	0= Нормальный	= _____
	1= Резкий 3 или более дней в неделю	
	2 = Необычайно отвратительный 3 или более раз в неделю	
Метеоризм	0 = Не наблюдается	= _____
	1= Часто, 3 или более дней в неделю	
	2 = Ежедневно	
Боль в животе	0= Не наблюдается	= _____
	1 = Легкий дискомфорт 3 или более дней в неделю	
	2 = от умеренного до сильного дискомфорта 3 или более дней в неделю	
Необъяснимая ежедневная раздражительность	0 = Не наблюдается	= _____
	1= 1-2 раза в неделю	
	2 = 3 или более раз в неделю	
Ночные пробуждения	0 = Не наблюдается	= _____
	1 = 1-2 раза в неделю	
	2 = 3 или более раз в неделю	
Живот чувствительный во время осмотра педиатра/специалиста	0 = Нет	= _____
	1 = Да	
	Итоговый балл	



\* Индекс тяжести симптомов ЖКТ - Schneider Cindy K., Melmed Raun D., Enriquez F. Javier, Barstow Leon E., Ranger-Moore James, Ostrem James A.



# Диетотерапия в лечении пищевого поведения и улучшении симптоматики РАС



# Какие варианты диетических вмешательств вы знаете?





# Варианты диетических вмешательств для детей с РАС



- »» Безглютеновая, безказеиновая диета (БГБК)
- »» Безглютеновая диета
- »» Низкоуглеводная диета
- »» Безказеиновая диета
- »» Продукты без добавок и консервантов
- »» Диета, исключая лактозу
- »» БГБК + без сахара, без сои, без дрожжей, без яиц
- »» Кето-диета
- »» GAPS-диета





## Безглютеновая, безказеиновая диета (БГБК)

- 56% родителей детей с РАС, использующих диетотерапию, останавливаются именно на БГБК диете
- 19% родителей сообщали о том, что улучшения в основных симптомах РАС были связаны только с БГБК диетой

### **Наиболее заметные улучшения, которые отмечают родители:**

- Снижение тревожности 36% детей
- Улучшение настроения 31% детей
- Улучшение сна 28% детей





Безглютеновая, безказеиновая диета

# Не обнаружено влияния диеты без глютена и казеина на симптомы аутизма

Автор двойного плацебо-контролируемого исследования и ряда научно-исследовательских работ по теме БГБК диеты и ее влияния на симптоматику детей с РАС – Susan L Human



**аутизм**  
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ  
РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР



# Кетогенная диета

Кето-диета классическая 4:1 (4 грамма жира на 1 грамм белка + углеводы или без углеводов)

Кето-диета 1:1 (модифицированная диета Аткинса)  
Углеводы ограничены 10-20 грамм в день

Диета с низким гликемическим индексом (переходный вариант)

Углеводы ограничены 40-60 грамм в день  
Белки и жиры употребляются без подсчета







# Диетотерапия

Подбирается индивидуально с учетом состояния ребенка

## **Желательно исключить:**

- »» обработанные углеводы, «быстрые» углеводы и сахара
- »» продукты, насыщенные консервантами, красителями и т.п.
- »» виды мяса и птицы, которые насыщены антибиотиками и гормонами роста





# Способы и план коррекции избирательного пищевого поведения у детей с РАС



## Шаг 1

Определимся с  
наличием  
проблемы.

Есть ли запрос от  
родителей?





## Шаг 2

Категоризировать степень пищевого поведения – патологическое или пограничное?





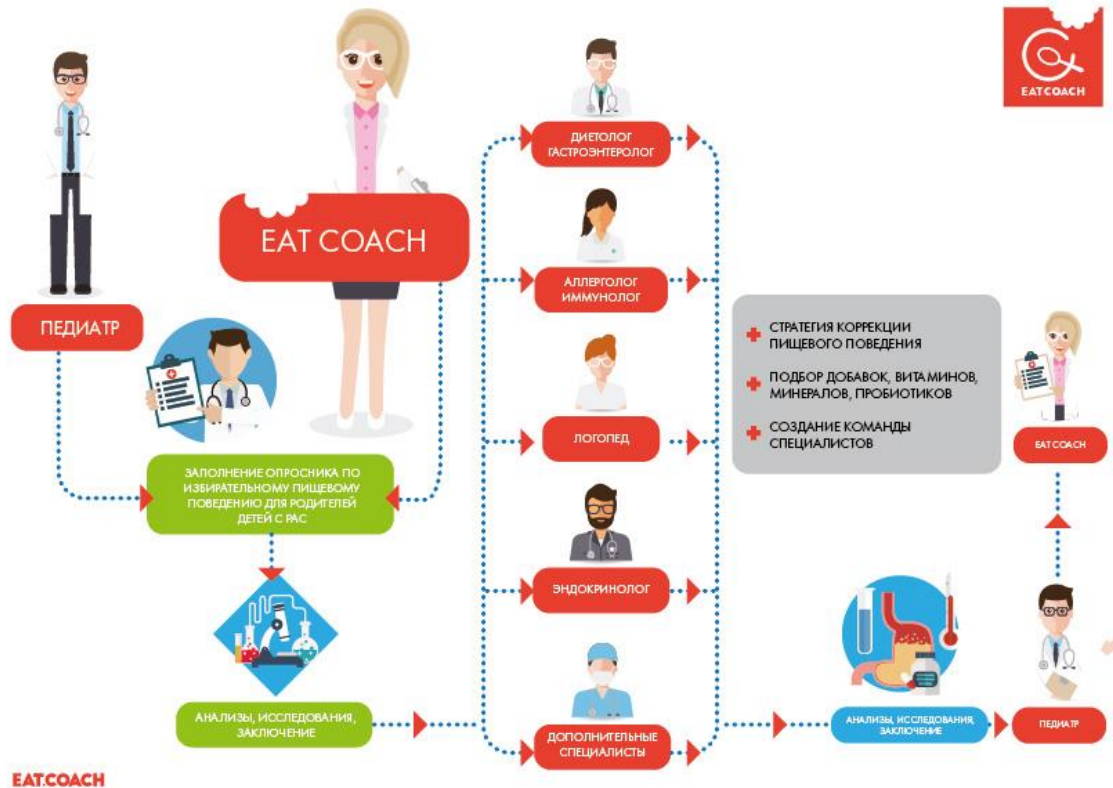
## Шаг 3

Какие еще трудности есть у ребенка?





# Обследования и исследования



EAT.COACH



**аутизм**  
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ  
РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР



## Шаг 4

Разработка стратегии  
коррекции  
избирательного  
пищевого поведения



**аутизм**  
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ  
РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР

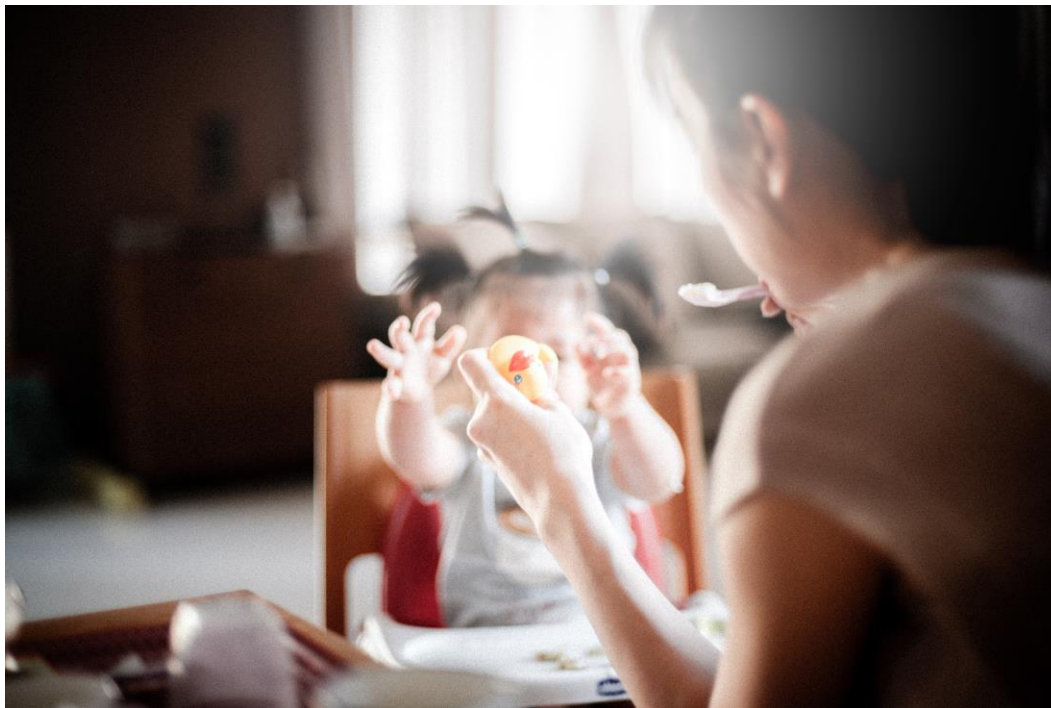


# Роль родительского фактора в коррекции избирательного пищевого поведения у детей с РАС





Какие виды родительского поведения при кормлении вы можете отметить?



**аутизм**  
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ  
РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР



## Родительский фактор

- »»» Насильственное кормление
- »»» Подкрепление нежелательного поведения
- »»» Применение силы во время приема пищи





## Случай из практики

### **Ребенок с РАС, 7,5 лет**

Рацион:

Картофель фри с солью

Вода

Актимель земляничный

Киндер шоколадное  
яйцо

### **Ребенок НТ, 8,5 лет**

Рацион:

Хеппи мил

Пакет чипсов

Банка колы

Пицца, макароны с  
сыром





# Работа с родителями





# Комплексный подход в коррекции избирательного пищевого поведения у детей с РАС



## Название слайда

- »» Десенсибилизация
- »» Сенсорная интеграция
- »» Поведенческий подход
- »» Игротерапия
- »» Работа с родителями
- »» Работа над поведенческими проблемами ребенка





# Десенсбилизация



Смотреть на еду

Нюхать еду

Трогать еду  
рукой

Прикасаться  
к еде  
губами

Лизать еду

Есть еду



# Использование протокола десенсибилизации







## Систематическая десенсибилизация

- »» Десенсибилизация рук - игры с различными сенсорными средами (крупы, песок, вода, соль).
- »» Подкрашивание воды в ванной для купания.
- »» Десенсибилизация ног – хождение по резиновым коврикам «травка» и «камушки»; переход к хождению босиком по песку, камням, листьям.





# Варианты десенсибилизации





## Систематическая десенсибилизация

- »» Игры с заменителями еды, от карточек с изображениями еды до введения настоящей еды
- »» Десенсибилизация рта и лица:
  - » Чистка зубов различными щетками
  - » Использование очень мягких резиновых щеточек в играх на нижней части лица
  - » Постепенный переход к прикосновениям губ, рта, языка, щек





# Варианты десенсибилизации





# Варианты десенсибилизации





# Варианты десенсибилизации





# Варианты десенсибилизации





# Варианты десенсбилизации





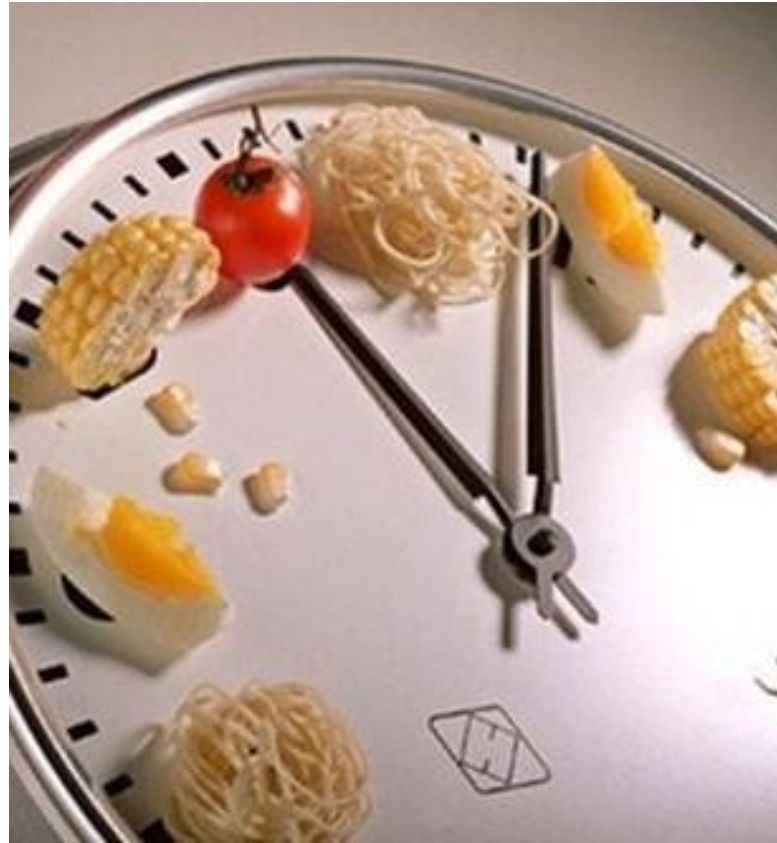


# Виды десенсибилизации



## Введение четкого расписания приемов пищи:

- ▶▶ Прием пищи каждые 3 часа
- ▶▶ Исключение перекусов между основными приемами пищи
- ▶▶ Отсутствие доступа к напиткам между приемами пищи, за исключением питьевой воды





# Расширение пищевого рациона

## 01

Использование  
протоколов  
кормления для дома

## 02

Использование  
протоколов  
кормления для  
посещение детского  
учреждения

## 03

Закрепление  
успехов в гостях и в  
общественных  
местах питания





# Расширение рациона





# Презентация еды





Для успеха нужна команда!



**аутизм**  
ФЕДЕРАЛЬНЫЙ  
РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР



## Контакты Федерального ресурсного центра

Сайт: **[autism-frc.ru](http://autism-frc.ru)**

Электронная почта: **[autism.mgppu@gmail.com](mailto:autism.mgppu@gmail.com)**

Skype: **[autism.mgppu](https://www.skype.com/name/autism.mgppu)**

Страница на Facebook:  
**[www.facebook.com/autism.mgppu](https://www.facebook.com/autism.mgppu)**

Страница VK:  
**[www.vk.com/autism\\_frc](https://www.vk.com/autism_frc)**

Телефон: **+7 495 619 21 88**  
**+7 926 852 88 99**





## Контакты Валентины Тогулевой

Сайт: **[eat.coach](http://eat.coach)**

Электронная почта:  
**[valentina.toguleva@gmail.com](mailto:valentina.toguleva@gmail.com)**

Страница на Facebook: **[facebook.com/eat.coach](https://facebook.com/eat.coach)**

Страница Instagram: **[instagram.com/eat.coach](https://instagram.com/eat.coach)**

Телефон (WhatsApp, Viber): **+7 915 009 70 81**

