

Д-Р РОБЪРТ
МЕЛИЛО



С Е Р И Я • З А Р А В Е •

Откъснати деца

РЕВОЛЮЦИОННА ПРОГРАМА
за балансиране на мозъка при деца с аутизъм,
синдром на дефицит на вниманието и хиперактивност,
дислексия и други неврологични разстройства

ВЪВЕДЕНИЕ

*Да спрем
най-тежката детска епидемия
на нашето време*

Все си представям малки гечица да си играят на някаква игра в една голяма ръжена нива. Хиляди деца — а наоколо няма никой, никой голям човек, искам да кажа — освен мене. А аз стоя на ръба на някаква шеметна пропаст. И каква ми е работата? Да спасявам всяко дете, което тръгне към пропастта — искам да кажа, ако то се е затичало и не вижда накъде отива, аз да изляза отнякъде и да го спася. Ето това бих правил по цял ден. Просто ми се иска да бъда спасителят в ръжта. Знам, че е лудост, но ей на, това е единственото нещо, което наистина ми се иска да бъда.

Д Ж . Д . С е л и н г ж ъ р

*Спасителят в ръжта**

Живеем в свят и епоха на големи противоречия. От една страна, сме свидетели на безпрецедентен технологичен напредък. Разполагаме с цялата информация на света буквално на една ръка разстояние. Имаме мигновен достъп до всевъзможни високотехнологични развлечения на гигантски екрани. Благодарение на смартфоните си можем да общуваме с когото, където и когато си поискаме.

* Селингжър, Дж. Д. Спасителят в ръжта. Прев. Н. Сотирова. „Отечество“, 1978. — Бел. прев.

Същевременно обаче сме свидетели и на тревожна ескалация на броя деца, които не могат да живеят пълноценно в този свят, просто защото мозъкът им не функционира правилно. Днес в света има 21 милиона деца, при които са установени сериозни проблеми на вниманието, поведението и обучението. Всеки ден хиляди нови биват диагностицирани със синдром на дефицит на вниманието и хиперактивност (СДВХ), разстройство от аутистичния спектър, дислексия, синдром на Турет, обсесивно-компулсивно разстройство, биполарно разстройство или друго стряскащо състояние, потвърждаващо, че нещо не е наред в мозъка им.

Това е непознат на историята феномен и най-сериозният здравословен проблем на нашето време. Само преди едно поколение аутизмът се смяташе за рядко срещано нарушение, което се установяваше при около 1 на 10 000 деца в САЩ. Преди шест години, когато за първи път публикувах „Откъснати деца“, диагнозата аутизм се поставяше на 1 от 150 деца. Днес с този проблем живеят 1 на всеки 68 деца, в това число 1 на всеки 42 момчета. Честотата на другите нарушения също достига космически размери. СДВХ се смята за най-разпространения здравословен проблем в детска възраст по целия свят, както и за най-разпространения ментален проблем при деца, а невръстни тригодишни деца получават рецепти за „Риталин“ и „Адерал“. Тези статистики са почти всеки ден в заглавията на новините, но никой не може да обясни защо. Защо се случва това? Как да го спрем? Какво може да се направи?

Когато през 90-те години, като баща на дете със СДВХ и специалист по неврология, започнах да изучавам невроповеденческите разстройства, останах смаян от липсата на качествена, точна информация, която би могла да обясни какво се случва в мозъка на едно дете. Разпитвах специалистите, но получавах неясни отговори за нарушения в химичните ба-

ланси и генетиката и нищо повече. Четях книги, но откривах, че те казват почти едно и също. Описваха симптомите и разказваха по няколко конкретни случая. Говореха за базова медикаментозна терапия. Твърдяха, че тези разстройства са най-вече генетични и не подлежат на лечение. И дотам. Никога не посочваха действителния проблем и как се стига до симптомите на СДВХ, аутизъм, дислексия и др. Всъщност не можеха да посочат ясно дори и симптомите.

Започнах да осъзнавам, че липсата на конкретни отговори се дължи на това, че те не разполагат с реални факти за тези проблеми и техните причини. Не успях да намеря нито една утвърдена неврологична теория, приета и прилагана от научната или педагогическата общност. Единственото, което ясно виждах и разбирах, бе, че проблемът драстично се увеличава. Каквото и да правехме, очевидно не бе ефективно.

Айнщайн е казал, че дефиницията за лудост е да правиш едно и също и да очакваш различни резултати. След известно време си дадох сметка, че причината да не намирам отговор е, че няма един-единствен отговор.

Неврологичните разстройства в детска възраст имат много общи характеристики и често биват окачествявани като обучителни трудности или поведенчески нарушения, подтекстът на което е, че основните симптоми засягат само поведението, а останалата част от развитието върви гладко и безпроблемно. Случаят не е такъв. Всяко разстройство е сложно и често засяга всички системи в организма. Науката обаче не предприема цялостен подход към търсенето на решение, а се фокусира само върху основния наглед проблем. СДВХ е проблем във вниманието и импулсивността. Дислексията е проблем при четенето. Аутизмът е проблем в социализацията и общуването. Никой не поглежда останалите проблеми на тези деца – проблеми, които биха могли да ни

насочат към действителната причина. Аз обаче го направих и видях, че те обхващат всички системи в тялото, не само мозъка. Така се роди *Програмата за баланс на мозъка*.

Тези разстройства се проявяват с различни симптоми, но всъщност са един общ проблем – дисбаланс в мозъка. Това явление си има и име: *синдром на функционално откъсване*, или *нарушение на връзките*, което ще рече, че определени области в мозъка и най-вече двете полукълба не са електрически балансиранни или синхронизирани. Това смущение на електрическия баланс нарушава способността на двете полукълба да споделят и интегрират информация, поради което мозъкът не може да функционира цялостно. В резултат детето с нарушен мозъчен баланс има нормални и даже необичайно добри умения, свързани с по-високофункционалната област или полукълбо, но необичайно слаби умения в неактивната. Проблемът като че ли възниква, защото едната страна на мозъка съзрява по-бързо от другата. С развитието на детето тази разлика става все по-значима и двете полукълба вече не могат да функционират заедно. Мозъкът губи функционалните си връзки. Възстановете тези връзки – накарайте незрялата мозъчна половина да настигне другата – и симптомите ще изчезнат. Заедно с разстройството.

Точно това прави Програмата за баланс на мозъка и затова е толкова революционна. Въпреки нейния успех и научните изследвания, доказващи как и защо тя работи, повечето специалисти обаче не са се променили. Те продължават да подхождат към всяко от тези състояния като нещо различно и да се задоволяват с третирането само на симптомите, не и на проблема в цялост. Убедил съм се, че повечето от тези деца показват комбинация от различни симптоми, включително сетивни, двигателни, когнитивни, академични, емоционални и имунни затруднения, както и хранителни и храни-

носимателни смущения. Както вече казах, проблемът засяга всички системи в тялото.

Програмата за баланс на мозъка е насочена към всички тези симптоми и стимулира по-бавната страна на мозъка, без да влияе на другата, чрез поредица от сетивно-моторни и сетивно-академични упражнения за подобряване на симптомите при конкретното дете успоредно с диетични, хранителни и поведенчески промени. Тя кара двете мозъчни половини да се интегрират и да започнат да работят като едно цяло. Програмата е единствена по рода си в целия свят.

За съжаление, повечето родители на деца с невроповеденчески разстройства на развитието не разбират добре същността на проблема. Те не знаят какво точно не е наред при децата им и защо те се държат по този начин. Освен това специалистите ги заблуждават, че няма решение. Казват им, че най-добрата стратегия е лекарствената терапия – която ще маскира симптомите, но няма да ги премахне.

Работя с деца с подобни диагнози от 1994 г. насам, без да използвам лекарства и други медицински интервенции, и знам, че *всички симптоми могат да се излекуват*. Синдромът на дефицит на вниманието (СДВ), СДВХ, дислексията и дори аутизмът могат да останат в миналото.

Родителите и децата трябва да знаят, че това не само е възможно, но и самите те могат да го постигнат. Затова и написох книгата *Откъснати деца*. Тя предлага не просто ясно обяснение на случващото се в мозъците на днешните деца, но и възможност за родителите и учителите да решат сами проблема.

Книгата почива на същите принципи като *Програмата за баланс на мозъка*, прилагана в Центровете за постигане на мозъчен баланс, които днес се намират в над 80 града из цялата страна. При първото издание на *Откъснати деца*

през 2009 г. едва малко над 1000 подрастващи бяха преминали успешно Програмата. Днес броят им надминава 20 000. Това е най-успешната и пълна програма, съществуваща днес. Това е единственият наистина холистичен подход към мозъка, както и единственият подход, насочен към всички проблеми на тези деца. *Откъснати деца* е кулминацията на моя научен труд и, надявам се, катализатор за прекратяването на тази епидемия, застрашаваща психичното здраве на децата по целия свят. Целта ѝ е да предложи ясно обяснение за случващото се в мозъка и тялото на децата – жертви на епидемията, както и да даде възможност на всички околни да направят нещо по въпроса.

От първото публикуване на *Откъснати деца* до днес по света са проведени забележително множество проучвания относно причината за този епидемичен бум на неврологичните разстройства в детска възраст. Голяма част от тях насочват към заобикалящата ни среда – към начина ни на живот и токсините и химикалите, на които сме изложени ежедневно. Важно е да вникнем в тези причини, на които съм се спрял в настоящото преработено издание на книгата, не само за да помогнем на собствените си деца, но и да разберем как бихме могли да преустановим проблема.

Това е най-важното социално предизвикателство, пред което сме изправени днес. Няма по-значим проблем, който да заплашва бъдещето на страната ни и целия свят, от случващото се в развиващите се мозъци на нашите деца. Аз предугадах неговото настъпване и създадох програма за овладяването му. Вярвам, че информирането на обществеността и даването на реални инструменти в ръцете на родителите е най-бързият начин да вземем мерки сега, преди да е станало късно.