

OBSAH

Otevřený dopis rodičům dětí s poruchou autistického spektra.	12
<i>Předmluva autorky</i>	15
<i>Předmluva k českému vydání</i>	18
Část první: Co se děje?	23
1. Všechny nemoci začínají ve střevě	24
2. Kořeny stromu	29
3. Imunitní systém	39
4. Co může poškodit střevní flóru	44
5. Oportunistická flóra	51
6. Propojení osy střevo–mozek	58
7. Rodina	66
8. Očkování: Způsobuje MMR vakcína autismus?	72
9. Schizofrenie	76
10. Epilepsie	82
Část Druhá: Léčba	93
Strava	95
1. Strava – diskuse	95
2. Správná dieta při GAP syndromu	118
2.1. Úvodní dieta GAPS	140
2.2. Plná dieta GAPS	149
2.3. Odchod z diety GAPS	151
3. Recepty	160
4. Je čas na jídlo! Ach jo!	212
5. Neprospívání kojenců	218
6. Poruchy příjmu potravy	219
Doplňky stravy pro děti a dospělé s GAP syndromem	229
1. Probiotika	231
2. Tuky: ty dobré a ty špatné	239
3. Olej z tresčích jater	259
4. Trávicí enzymy	266
5. Doplnování vitaminů a minerálů	273
Detoxikace u lidí s GAP syndromem	276

<i>Část třetí: Další témata a problémy</i>	287
1. Záněty středního ucha a klišové ucho	288
2. Deset nejlepších způsobů, jak posílit imunitní systém	295
3. Deset nejnebezpečnějších vlivů na imunitní systém	296
4. Zácpa	297
5. Genetika	301
6. Pár slov ke vzdělávání a výchově	306
<i>Část čtvrtá: Narození miminka do rodiny s GAPS</i>	313
1. Období před početím a během těhotenství	314
2. Novorozenec	319
<i>Vybraná bibliografie</i>	328
<i>Rejstřík</i>	350