



Meet Our Icon
Goygoy



Naturopathic Approach to Autism Management

(Kiat menghadapi Autisim melalui
Naturopathic)

G Sarravanan (Velu) ND, CH, CHT, D.Nutr, D.MLD, AdHRM
Naturopathic Physician, Nutritionist and Hypnotherapist



Apa itu Naturopathy?

- Metode penyembuhan holistik yang mempergunakan kemampuan alami tubuh untuk menghadapi penyakit.
- Terapi penyembuhan dilakukan dengan mendukung tubuh kita untuk menyembuhkan diri sendiri dengan penggunaan:
 - Obat-obatan Herbal
 - Homeopathy
 - Makanan bernutrisi tinggi
 - Pola hidup sehat yang disarankan



Penanganan Autis

- Dimulai sebelum masa kehamilan
- Pendidikan untuk orang tua
- Harapan orang tua
- Penanganan Klien



Sebelum Masa Kehamilan

- Masa penting: 12 hari pertama
- Rencanakan dan persiapkan kehamilan anda.
- Peranan ayah sangat menentukan → kesehatan dan kualitas sperma
- Peranan ibu → kesehatan dan kondisi selama 9 bulan masa kehamilan.



Pendidikan untuk Orang Tua

- Tidak ada pil ajaib untuk menyembuhkan autism.
- Autism bukanlah penyakit !!
- Belajar dan mencari tahu tentang autism.
- Stress Management
- Psychotherapy
- Systemic Constellation Therapy



Penanganan Klien

- Test → Hair Trace Mineral Analysis (HTMA), Alergi makanan, EEG (scan kepala)
- Detox
- Diet (memilih makanan yang tepat)
- Suplemen.



Phytotherapies

- Terapi dengan menggunakan tanaman organik, seperti:
 - Bawang putih (garlic)
 - Turmeric (kunyit)
 - Elderberry



Nutraceutical

- Makanan-makanan yang mengandung bahan-bahan alami yang baik untuk kesehatan kita
- Bisa ditemui pada bagian-bagian tanaman seperti: akar, biji, bunga, buah ataupun daun.
- Contoh: Kandungan zat besi pada biji buah labu kuning, vit c pada jeruk and lemon, dan zat antioksidan pada the hijau.



Bentuk suplemen phytotherapis:

- Bentuk Teh
- Cairan ekstrak herbal
- Kapsul
- Tablet
- Bubuk herbal (puyer)
- Homeopathic remedies
- Ekstrak bunga
- Minyak



Bagaimana kita bisa membantu autisme?

- Nutrisi dasar
- Pencernaan
- Fungsi sistem imunisasi tubuh
- Proses detox
- Kesehatan syaraf



Diet untuk Autisme:

- Mengonsumsi makanan yang natural dan segar
- 50%-60% makanan yang dikonsumsi harus segar dan tidak dimasak karena kandungan vitamin, mineral dan enzim tidak terbangun.
- Gunakan minyak kelapa atau ghee pada masakan.
- Mengonsumsi makanan yang bervariasi setiap harinya.



Pembagian kandungan makanan:

- 2 Protein
- 1 Karbohidrat
- 3 Sayur-sayuran
- 2 Buah-buahan



Langkah-langkah Diet untuk Autisme:

- Food combining → mengkonsumsi variasi makanan
- Mengimbangi antara 80% makanan yang mengandung alkaline dan 20% yang mengandung acid (asam)
- Hindari Gluten (tepung-tepungan) dan casein.
- Hindari memasak dengan banyak air, panas tinggi dan microwave.
- Masaklah dengan: dipanggang, direbus, dikukus.
- Gunakan alat-alat memasak yang benar.



Baca Label Makanan!

- Hindari makanan yang diawetkan.
- Hindari makanan yang dapat memacu alergi, asma, pusing, migren, karena dapat memperburuk kondisi anak autis.



Sistem Pencernaan

- Enzym Pencernaan berperan penting untuk: penyerapan nutrisi, metabolisme dan detoksifikasi.
- 50% enzym tubuh diproduksi oleh pankreas
- Enzym juga bisa diperoleh dari makanan mentah/tidak dimasak.
- Enzym bisa hilang jika makanan dimasak terlalu lama.
- Minum banyak air putih dapat meningkatkan aktifitas enzym di dalam tubuh.

Manfaat dari Sistem Pencernaan yang sehat:

- Mengoptimalkan penyerapan nutrisi makanan
- Mengurangi efek pencernaan yang tidak sempurna dari makanan yang mengandung zat tepung dan casein.



Sistem Kekebalan Tubuh

- Anak autis lebih peka terhadap alergi
- Dapat dibantu dengan:
 - Vitamin C dan bioflavonoids
 - Vitamin C terbukti membantu memperbaiki tingkah laku anak autis
 - Pinus Maritima (batang pohon pinus)
 - Tanaman Cats Claw
 - Elderberry



Detoksifikasi

- Pembuangan zat-zat metal dan radiasi seperti: barium, cadmium, cobalt, dll dengan menggunakan sejenis tanaman rumput laut.
- Membersihkan saluran pencernaan, aliran darah, getah bening dan fungsi ginjal.



Kesehatan Saraf

- Menggunakan Ginkgo Biloba → untuk meningkatkan memori otak.
- Golden Root → untuk meningkatkan konsentrasi, memori dan membantu proses belajar.
- Grape Seed → meningkatkan kemampuan memory/ingatan