

Naslov izvornika *Allergies: Disease in Disguise*

© 1994 by Dr. Carolee Bateson-Koch

Izdavač Alive Books

Prijevod Suzana Keleković

Lektura Jasenka Ružić

Urednica Danijela Duvnjak

Savjetnik za medicinsku terminologiju Prof. dr. sc. Marko Duvnjak

Grafičko oblikovanje Ermego, Zagreb

Naslovnica Ozana Blažeković Babić

Tisak Znanje d.d., Zagreb

Nakladnik Planetopija, Zagreb

Za nakladnika Marina Kralj Vidačak

veljača 2015.

Sva prava pridržava nakladnik. Nijedan dio ove knjige ne smije se upotrijebiti niti reproducirati na bilo koji način bez pisane dozvole, osim u slučaju kratkih navoda u kritikama ili ocjenjivačkim člancima. Za sve obavijesti možete se obratiti nakladniku.

ISBN 978-953-257-056-4

CIP zapis dostupan u računalnom katalogu Nacionalne i sveučilišne knjižnice u Zagrebu pod brojem 632506.

Napomena čitateljima:

Informacije sadržane u ovoj knjizi imaju isključivo poučnu svrhu. Nikako ih se ne smije shvatiti kao zamjenu za konzultacije, postavljanje dijagnoze ili liječenje koje provodi školovani liječnik.



ALERGIJE

Prikrivena bolest

*Kako trajno izliječiti alergiju
prirodnim putem*

Carolee Bateson-Koch

Predgovor napisao dr. med. Lendon H. Smith

Zagreb, 2015.

Sadržaj

Predgovor	9
Uvod	13
Pomoć u svladavanju misterioznog, nejasnog poremećaja	17
Alergija: sindrom višestrukih simptoma	27
Dogma ograničava izlječenje	35
Pet ključnih koncepcija o alergijama	41
Čudesan život alergena	49
Dokaz alergije	57
Tajna alergije na hranu	69
Prvi najčešće neprepoznat zdravstveni problem koji rezultira alergijom i zajednički je većini alergičara: gljivice i plijesni	81
Drugi najčešće neprepoznat zdravstveni problem koji rezultira alergijom i zajednički je većini alergičara: paraziti	93
Treći najčešće neprepoznat zdravstveni problem koji rezultira alergijom i zajednički je većini alergičara: probavne smetnje	107
Enzimi: spasonosni lijek	121
Acidobazična ravnoteža od presudne je važnosti	147
Činjenice i mitovi o kalciju	161
Masti i ulja: iznenađujuća veza s alergijama	169
Važni metabolički putovi	172
Šest stanja koja se javljaju kod djece i posljedica su alergija, ali se ta veza ne uočava	183
Alergije na kemikalije	205
Kako misli i osjećaji utječu na alergije	217
Alergija uzrokovana elektromagnetskim poljima: uvod u elektromagnetsku preosjetljivost	221

Sedam koraka do zdravlja	233
Najčešća pitanja	251
Pobjeda nad alergijom	257
Dodatak 1	259
Bibliografija	263
Kazalo	268
O autorici	272

Predgovor

Prije dvadesetak godina počeo sam uviđati da alergije ne izazivaju samo kihanje, otežano disanje i svrbež. Roditelji mojih pacijenata žalili su se na čudne simptome, za koje nije postojalo nikakvo objašnjenje. Primjerice, Emmy bi dobila glavobolju nakon što bi pojela nešto što je sadržavalo pšenicu ili pšenično brašno; Jonathan je postajao hiperaktivan kad bi popio sok od naranče. Isprva sam podrugljivo odbacivao te primjedbe nalik na anegdote smatrajući kako majke nastoje izbjeći osjećaj krivnje za neku psihološku neprilagođenost njihova djeteta okolini. No, kad su se i u moje djece počeli pojavljivati čudni simptomi koje nisam mogao razumski objasniti, počeo sam vjerovati u mnogobrojne priče mojih pacijenata.

Pomislio sam da se radi o alergijama, pa sam se pridružio Američkom koledžu za alergologe (American College of Allergists). Na jednom sastanku 1970. nimalo me nije iznenadilo neslaganje među članovima. Naime, upravo se formirala nova skupina liječnika koji su smatrali kako su alergije posljedica preosjetljivosti na hranu. Dr. James Breneman bio je vođa tih "radikala". Naveo je neke studije o mokrenju u krevet u kojima se tvrdilo da je stijenka mjehura većine takvih pacijenata bila osuta eozinofilima, što je jasan znak alergije. (Odmah sam se osjećao bolje, jer sam kao dijete i sam mokrio u krevet, a sad sam imao sina s istim problemom za koji se pokazalo da je uzrokovano preosjetljivošću na mlijeko. Kad bismo mu uskratili mlijeko, krevet je ostajao suh. Objašnjenje psihijataru bilo je da dijete mrzi majku pa da zato mokri u krevet, zapravo podsvjesno na majku.)

Međutim, liječnicima iz ove skupine bilo je jasno da ta teorija nije utemeljena na dokazima, zato što nije postojala pretraga koja bi pravila jasnu razliku između pacijenata pozitivnih na alergosorbentne (RAST) i kožne testove i pacijenata preosjetljivih na određenu hranu. Nedostajala im je pouzdana, valjana i ponovljiva pretraga koja bi omogućila da anegdotalni dokazi prerastu kategoriju "bapskih priča" i postanu klinički iskoristivi. Donedavno su se reakcije na hranu mogle dijagnosticirati jedino tako da se ode liječniku koji vjeruje svojem

pacijentu. Primjerice: "Nakon što pojedem govedinu (ili kukuruz, sir, soju, kikiriki, školjke, namirnice koje sadržavaju natrijev glutamat, aspartam itd.) osjećam se loše (drugim riječima, imam glavobolju, grčeve, proljev, curi mi nos)." Liječnikov odgovor u takvim slučajevima obično glasi: "Nemojte jesti tu hranu." Toliko o medicinskoj znanosti. Sve dok nemaju rezultate krvnih pretraga, rendgenske snimke ili ne napipaju kvržicu, liječnici nisu spremni povjerovati da svi ti simptomi postoje i da su ozbiljni. Tek kad sam kod sebe i svoje obitelji otkrio preosjetljivost na hranu kojom se moglo objasniti promjene raspoloženja, hiperaktivnost, mokrenje u krevet, migrene i artritis, slične sam reakcije bez problema prepoznao i kod svojih pacijenata.

Na tom sastanku, koji se održao prije 22 godine, usvojio sam dvije pouke: da 80% ljudi preosjetljivih na hranu ima hipoglikemiju te da, iako preosjetljivost na hranu nije odgovorna za sve, za mnogo toga jest. Tradicionalni alergolozi uvijek će istaknuti da se stvarne alergije dijagnosticiraju RAST testovima (radioalergosorbentni testovi) ili ubodima lancetom kojima se dobivaju ekstrakti. Liječenje se tada sastoji u davanju injekcija s ovim ekstraktima koji sadržavaju antigene i to postupno, u sve većim dozama, kako bi se blokirala alergijska reakcija.

Mislio sam da je šećer glavni negativac u priči o hiperaktivnosti, no iako i ta namirnica ima utjecaja, simptome su izazivali mlijeko, kukuruz, aditivi, salicilati i, što je najvažnije, sve ono što je osoba voljela i za čime je žudjela. Oko 60% mojih hiperaktivnih pacijenata mijenjalo je raspoloženje i bilo nemirno nakon što su popili mlijeko, a obožavali su ga. Napravio sam pretrage na toj djeci i otkrio da pate od manjka kalcija. Nije ni čudo da su žudjeli za mlijekom; trebao im je kalcij. No, bez obzira na to koliko su mlijeka pili, nisu ga apsorbirali zato što su ga odbijale stanice crijevne stijenke. Da bi ih se umirilo trebalo im je davati kalcij putem drugih namirnica i nadomjestaka.

Oduševila me ova umirujuća, informativna i znanstveno utemeljena knjiga. Prava mi je utjeha što sam u dr. Carolee Bateson-Koch našao srodnu liječničku dušu. Mislim da svatko od nas pati od određene preosjetljivosti na hranu. Ova knjiga nudi rješenje problema. Preporučam da je pročitate prije nego što odjurite psihijatru zato što liječnik ne može otkriti što s vama nije u redu. Metode iznesene u ovoj knjizi trebale bi vam pomoći. Većina čitatelja otkrit će da nisu hipohondri niti emocionalno osakaćeni. Jednostavno, normalni su ljudi prisiljeni udisati onečišćen zrak, jesti gotovu hranu i piti nezdravu vodu.

Tijelo bi trebalo biti toliko zdravo da unesene namirnice probavljanjem razgradi na njihove osnove—aminokiseline, masne kiseline i jednostavne ugljikohidrate koji ne izazivaju alergije. U tom slučaju ima smisla pokušati održavati pravilan pH tijela, unositi hranjive namirnice i ne živjeti stresno. Ako se problemi ne riješe, tijelu bi pri održavanju homeostaze mogli pomoći nadomjesci probavnih enzima. Naša namjera nije samo postići zdravlje nego i uživati u životu bez ograničenja.

Dr. med. Lendon H. Smith

Dr. med. Lendon H. Smith autor je sljedećih knjiga:

Sreća je zdrav život (Happiness is a Healthy Life), *Hranite se pravilno (Feed Yourself Right)*, *Hranite pravilno svoju djecu (Feed Your Kids Right)*, *Hrana za zdravu djecu (Foods for Healthy Kids)*, *Prehrana za smanjenje stresa prema savjetu dr. Lendona Smitha (Dr. Lendon Smith's Low Stress Diet)*, *Klinički vodič za uzimanje vitamina C (Clinical Guide to the Use of Vitamin C)* i *Hiperaktivna djeca (Hyper Kids)*.

Uvod

Tijekom 33 godine rada na području kiropraktike i naturopatije uvidjela sam da mišićno-koštane bolesti koje sam liječila zapravo prikrivaju neki drugi zdravstveni problem. Tražeći odgovor, postala sam svjesna utjecaja alergija, ne samo na mišićno-koštane tegobe, nego i na druge bolesti. Daljnja istraživanja potvrdila su moju sumnju da je alergija težak poremećaj s dalekosežnim posljedicama – ne svodi se samo na curenje iz nosa. Radovi liječnika kao što su Randolph, Rowe, Breneman i Crook potvrđuju to novo i šire shvaćanje alergija.

Incidencija alergija je u porastu. U Sjedinjenim Državama 40-50 milijuna ljudi, odnosno svaka peta odrasla osoba ili dijete, pati od alergija. Od tih ljudi, njih 74% žali se da im alergija utječe na obavljanje posla i kvalitetu društvenog života. Najpopularnije metode u borbi protiv alergija, kao što su antihistaminici, dekongestanti, izbjegavanje prašine, dima, kućnih ljubimaca, parfema i plijesni te pročišćavanje zraka, uglavnom su se pokazale neučinkovitima. Tisuće ljudi s alergijskim manifestacijama uopće ne prođu liječenje zato što se pravi uzrok njihovih alergija nikada ne utvrdi.

Nadalje, smatram jednako važnim to da liječnik upozori pacijenta kako održavati zdravlje te da daje zdravstvene preporuke. Ljudi moraju razumjeti način liječenja za koji se odluče i moraju raspolagati informacijama koje će im omogućiti to razumijevanje. Preduvjet za izbor načina liječenja jest obaviještenost. Sve je veća potreba za stvarnom pomoći u borbi protiv alergijskih poremećaja.

Knjiga *Alergije – Prikrivena bolest* odgovor je na tu potrebu. Ona upućuje čitatelja kako olakšati alergije, kako se nositi s njima, nadzirati ih ili napasti, a također nudi razuman, znanstveno utemeljen savjet i jasnu metodu za svladavanje tegoba.

Knjiga *Alergije – Prikrivena bolest...*

- Jednostavnim rječnikom objašnjava čitatelju da su najčešći zdravstveni problemi zapravo alergijske bolesti.

- Navodi tri najčešća zanemarena zdravstvena problema koji izazivaju alergijske poremećaje.
- Otkriva tajnu alergija na hranu.
- Iznosi novo, suvremeno shvaćanje procesa probave i njegove povezanosti s alergijama.
- Objašnjava enzimsko liječenje – bezopasno, netoksično liječenje koje se temelji na znanstvenim istraživanjima i kliničkom iskustvu.
- Opisuje šest najčešćih alergija kod djece i kako se nositi s njima.
- Istražuje pojavu nove alergije, sindroma elektromagnetske preosjetljivosti od kojeg pate tisuće ljudi diljem svijeta.

Često me na kraju televizijskog ili radijskog intervjua voditelji pitaju: “Što biste poručili našim gledateljima?” Rekla bih im: “Moguće je izliječiti se od alergije. Alergija nije trajna bolest s kojom morate naučiti živjeti, u što vas uvjeravaju neki autoriteti s ovoga područja. Možete se izliječiti od alergije i to uopće nije tako teško kao što mislite.”

Željela bih zahvaliti:

Svojoj majci, dr. Virginiji Coffman, na ohrabrenju, poticajnim pitanjima, korisnim savjetima i mukotrpnom iščitavanju.

Svojem suprugu, dr. Helmutu Kochu, na potpori, pomoći i spremnosti da raspravlja sa mnom o raznim idejama. Cijenila sam njegovu velikodušnost kad se pisanje ove knjige preklapalo s mojim privatnim i profesionalnim obvezama.

Giseli Temmel, glavnoj urednici u Alive Books, na uredničkim sposobnostima, korisnim savjetima, usmjeravanju i zanosu s kojim je pristupala ovoj knjizi.

Pomoć u svladavanju misterioznog, nejasnog poremećaja

O Leoninu uspjehu priča njezina majka

Leona se rodila kao prekrasna, zdrava djevojčica teška 3,92 kilograma. Vrlo je rano postala sklona upalama uha i kako je vrijeme odmicalo često je imala problema sa sluhom zbog tekućine u ušima. Redovito sam je vodila liječniku, no nisam se odlučila za cjevčice za drenažu iz straha da kasnije zbog njih ne oglušni. Leona je imala 2 ili 3 godine kad sam primijetila da svaki put, ako prije vožnje automobilom popije čašu mlijeka, nakon prijeđenih 50-ak kilometara počne povraćati. Također se žalila na bolove u nogama i trbuhu. Kako su godine prolazile, Leona je često imala teške prehlade tijekom kojih joj je obilno curio nos, pa bi joj bile potrebne 2-3 kutije maramica na dan. Kad joj je bilo desetak godina posumnjala sam da je uzrok njezinih problema mlijeko te sam joj ga prestala davati. Rezultat je bio nevjerovatan! Nestali su bolovi u nogama i trbuhu kao i curenje iz nosa, od čega je patila dok je doručkovala žitne pahuljice s mlijekom. Nakon toga, simptomi su se vraćali samo kad bi Leona kradom jela ili pila mliječne proizvode.

Međutim, Leonu je i dalje mučila povremena bol u trbuhu, slična onoj kod upale slijepog crijeva. U 5. razredu gotovo se onesvijestila u školi, no brzo se oporavila. Dok bi igrala hokej, ponekad bi osjetila slabost zbog koje bi morala napustiti utakmicu. Na plivanju bi se često osjećala loše, no unatoč tome sa 14 je godina osvojila brončanu medalju i brončani križ. Do tada sam je već vodila dvojici liječnika, koji ništa nisu otkrili.

Otprilike u to doba primijetila sam da joj hrana može pomoći. Leona je imala dvanaest godina kad smo otišle na cjelodnevni izlet u zooški vrt. Nakon 3-4 kilometra pješaćenja osjetila je slabost i umor i više nije mogla hodati. Krenula sam u potragu za prijevozom do auta kad sam se sjetila da joj slatkiši mogu dati energiju pa sam joj kupila napitak od naranče. Brzo se oporavila i sama se mogla vratiti do auta.

Oduvijek ju je bilo teško uspavati. Čak i kao beba spavala je vrlo malo. Kako je odrastala, naviknula se na to da leži u krevetu i čeka da je svlada san. Nije bilo nimalo čudno čuti je u jedan, dva pa čak i u tri ujutro kako traži nešto za grickanje. Školske zadaće uvijek su joj predstavljale pravu muku, iako je bila dobra učenica. No, da bi dobila dobru ocjenu, morala je učiti satima. Žalila se da ima problema s koncentracijom. Pročitala bi knjigu, no onda ne bi znala reći što je pročitala. Također se žalila da joj riječi "skaču" i često bi se, dok bi čitala, izgubila na stranici. Uvijek je imala krmeljive oči i bila je vrlo osjetljiva na zvukove.

Kako je odrastala, Leonine nesvjestice, jaki bolovi u trbuhu i glavobolje postajali su sve češći. Osjećala se loše i imala je bezrazložne napadaje bijesa i promjene raspoloženja. Simptomi su postajali sve gori: javljali su se napadaji jake boli u trbuhu, "vučje" gladi i potrebe za šećerom. Leonin liječnik sad je posumnjao da se radi o niskoj razini šećera u krvi (hipoglikemiji) i u skladu s time propisao joj je dijetu. Zahvaljujući malom unosu šećera, prestali su problemi s promjenom raspoloženja i nesanicom, no kako sam joj davala velike količine bjelančevina (mnogo jaja i sendviča s maslacem od kikirikija) stanje joj se počelo pogoršavati i bilo joj je lošije nego ikad. (Leona je već prije odlučila da će iz prehrane izbaciti meso, piletinu i ribu.)

U to je vrijeme često imala bolove u trbuhu; stalno je bila gladna i nije imala energije. Leona je oduvijek bila sportašica, no sad je morala prestati igrati hokej, sport u kojem je uživala šest godina. Uglavnom se osjećala loše, bila je blijeda, osjetljiva na zvuk, noge su joj zaudarale i imala je snen pogled. Često je izostajala iz škole, pa ju je liječnik uputio specijalistu. Nakon četverodnevni iscrpni pretraga, testova i konzultacija, uključujući nepotreban odlazak psihijatru (znala sam da je njeno fizičko stanje bilo loše i da nije umišljala bolest), liječnici su zaključili da je fizički i mentalno zdrava.

Tog istog dana Leona je bila preumorna da bi se bez zastajkivanja popela uza stube. Sad kad su svi uzroci koje je priznavala konvencionalna medicina bili isključeni, a bolest nije prolazila, posjetile smo nutricionista. Savjetovao nam je da iz Leonine prehrane izbacimo pšenicu, žutanjke, kvasac, šećer i



mliječne proizvode (mliječne smo proizvode već bile izbacile). Također je preporučio da Leona uzima multivitamine, kalcij, magnezij i laneno ulje.

Nakon tri dana Leona se počela oporavljati. Mnogi simptomi su nestali. Šest tjedana strogo se pridržavala dijeta. U to su se vrijeme u školi pisali testovi. Ocjene su joj se bitno poboljšale. U nekim predmetima čak i za 40 bodova. Kad su testovi prošli, Leona se osjećala tako dobro (opet je igrala hokej) da je mislila kako se ništa strašno neće dogoditi prekrši li dijetu. Pojela je kolač od jabuka u McDonald'su, čokoladnu pločicu i malo sira. Dva dana poslije nos joj je počeo curiti, dobila je tonzilitis praćen temperaturom od 39.8° C i jake bolove u truhu. Izvukla je pouku iz tog iskustva i nastavila je strogo provoditi dijetu, osim kad ju je jednom ili dvaput prekršila ili je povremeno nesvjesno pojela zabranjenu hranu.

Naučili smo da će čak i male količine rafiniranog šećera dva dana nakon konzumiranja izazvati jake bolove u truhu, da će male količine namirnica koje sadržavaju pšenicu prouzročiti probleme s crijevima, a da će mliječni proizvodi uzrokovati trbušne probleme, bolove u nogama te probleme s ušima, grlom i nosom. I dim cigarete izazivao je veliku tjelesnu nelagodu.

Sad smo sa sigurnošću znali da se Leona osjeća odlično kad ne konzumira pšenicu, šećer, kvasac, žutanjke i mliječne proizvode. Bila je mnogo ljubaznija prema ljudima oko sebe. Znali smo da će se, odstupi li od dijeta, osjećati užasno i da neće moći ići u školu, niti igrati hokej. Trebalo bi joj 2 do 4 dana da se oporavi i pritom bi bila troma i brzo se umarala. Tih bi dana otišla na igralište, obukla dres, odigrala nekoliko udaraca, no na kraju je morala u svlačionicu. Čak bi katkad morala leći na klupu. Svaki bi put silom htjela nastaviti, tjerala bi se do samih granica izdržljivosti, no ipak bi morala odustatu.

U dobi od 15 godina izgledala je prilično dobro, no uvijek se osjećala loše i umorno. Kako je sama opisala, svaki je dan ustala, stisnula zube, otišla u školu i pokušala se ponašati kao da je zdrava i sretna, no kad bi došla kući, slomila bi se. Na nastavi joj je najveći problem bio ostati budna. Nastavnici su bili popustljivi i puni razumijevanja. Dopuštali su joj da jede na satovima, jer je to morala. Prijatelji iz razreda su bez ruganja prihvatili njezine čudne prehrambene navike, nije imala socijalnih problema i družila se unatoč zdravstvenim tegobama.

Iako se Leona savjesno pridržavala dijeta i ona joj je u početku pomogla, postajala je sve osjetljivija na namirnice. Bez obzira na sve naše napore, kad bi slučajno pojela hranu i s malom količinom alergena, imala je jaku reakciju.

Tada sam shvatila kako je dijeta samo privremeno rješenje koje neće dugo djelovati. Nastavila sam čitati sve što mi je došlo pod ruku o alergijama i nepodnošenju hrane.

Gotovo cijela naša obitelj pati od alergija. Otac je dobivao osip kad je jeo jagode ili med. Mama je bila osjetljiva na parfeme i ostale mirise, a također i na mliječne proizvode. Jedan od mojih sinova ima problema sa sinusima kada dođe u dodir s perjem ili svježe pokošenom travom, a nađe li se u blizini mačke, počnu mu oticati oči. I čini se da ne može bez mlijeka. Jedna od mojih kćeri osjetljiva je na mlijeko, a druga dobije jak osip, za koji mislimo da je izazvan novim parfimiranim deterdžentom. Imam i tetu s mamine strane koja boluje od celijakije.

Znala sam da moram pronaći nekoga tko će pomoći Leoni, budući da stručnjaci Dječje bolnice nisu riješili problem, a Leoni je i dalje bilo vrlo loše. Tražila sam imena i adrese raznih stručnjaka za brigu o zdravlju koji su se bavili holističkom medicinom. Napisala sam im povijest bolesti, poslala je zajedno sa slikom moje petero djece i popratnim pismom u kojem sam molila za pomoć i preporuku. Reakcija je bila odlična. Poslali su mi dug popis stručnjaka i lijekova.

Nekako u to vrijeme, u trgovini zdravom hranom pronašla sam knjigu dr. Bateson-Koch *Alergije: Prikrivena bolest* i odmah je pročitala. Bila sam toliko uzbuđena da sam nazivala i druge ljude za koje sam znala da ih zanima ta tema. Ponovno sam pročitala knjigu i shvatila da moram razgovarati s dr. Bateson-Koch. Nakon malo istraživanja došla sam do njezina telefonskog broja. Razgovarala sam s njezinom tajnicom koja je bila vrlo susretljiva te sam nakon razgovora imala osjećaj da Leona svakako mora posjetiti liječnicu. Poslala sam joj Leonin zdravstveni karton i povijest bolesti. Nazvala me početkom svibnja 1994. godine. Bila sam oduševljena. Rekla mi je da će primiti Leonu. U to su mi vrijeme, kao odgovor na moja pisma, mnogi dobri liječnici slali savjete o tome kako da pomognem Leoni. Usporedila sam načine i metode liječenja kojima se rješavaju problemi poput našeg i ideje dr. Bateson-Koch učinile su mi se najlogičnijima. Ponudila je, što i jest bila moja želja, da riješi uzrok problema, a ne da samo zamaskira simptome. Osjećala sam da postoji prikriven uzrok Leonine bolesti, nešto što narušava sustav i izaziva sve ostale tegobe. Osjećala sam da je dr. Bateson-Koch iskrena. Malo sam istraživala i od drugih liječnika, koji su je poznavali, doznala da je iznimno korektna, predana radu i da je svakako treba posjetiti. To mi je bilo dovoljno. Naručila

sam Leonu za pregled 23. lipnja, a 26. svibnja kupila sam dvije avionske karte.

U međuvremenu sam na poticaj dr. Bateson-Koch s Leonom obavila još neke pretrage koje bi mogle pomoći u dijagnosticiranju bolesti. Napravljena je krvna pretraga koja je pokazala da Leona ima manjak kalcija i magnezija. Dobila ih je intravenskom infuzijom kalcija i magnezija, prvom ikad pruženom u našoj mjesnoj bolnici. Liječnik je također naručio analizu stolice na parazite. I za tu se pretragu pokazalo da se prvi put obavlja u našem kraju.

Moja potraga za liječnikom se nastavila. Leona se osjećala prilično dobro i u veljači 1994. reakcije su joj se javljale svakih tjedan i pol. No, kako je vrijeme prolazilo, razmaci između reakcija bili su sve kraći. Bez obzira na to koliko se strogo pridržavala dijeta, uvijek bi nesvjesno unijela poneku namirnicu koja bi joj jako štetila. Navest ću nekoliko primjera. Kad je bila na skijanju popila je bočicu "prirodnog" soka ne pročitavši sastojke na deklaraciji. Sok je sadržavao šećer i ona je na plesu, dva dana poslije, to skupo platila. Morala sam otići po nju i zatekla sam ju u bolovima, svu uplakanu. Pomogli su mi da je dovedem do auta. Kad smo stigle kući, nekako sam je odvušla uza stubu u kuću, gdje se srušila na pod i savijena u položaj fetusa dugo jecala. Takve ekstremne reakcije trajale su 45 minuta do sat vremena. Sljedeći bi dan Leona bila previše iscrpljena da ode u školu, a još 3 ili 4 dana osjećala je umor i bolove u trbuhu. Oči bi joj bile samo napola otvorene, a dan prije reakcije bila je nemoguća i razdražljiva.

Katolici smo, a Leona se nikad nije mogla pričestiti (hostija je od pšeničnog brašna). Ako bi i uzela hostiju, još bi i sutradan bila umorna i letargična.

Sve su manje količine iritansa bile dovoljne da izazovu ovakve reakcije, koje su se događale tako često da su se preklapale. Potkraj svibnja, Leona je bila na izmaku snaga. Nije išla s prijateljima na prvo lipanjsko kupanje. Nije čak mogla sa mnom u trgovački centar. Bila je toliko umorna da je ostajala kod kuće. (Izostanak potrebe za kupovanjem znak je ozbiljnih problema kod tinejdžera.) U školi je bila jako umorna, pa sam često morala dolaziti po nju. Nakon dana provedenog u školi zaspala bi na kauču usred buke i gužve koju je stvaralo četvero djece. Tijekom lipnja Leona je učila za testove najbolje što je mogla. Izašla je na četiri testa, no od ostalih je morala odustati zbog bolesti i iscrpljenosti. Liječnik joj je napisao ispričnicu, pa je prvi razred srednje škole prošla na temelju rada tijekom godine.

Leona je stalno bila gladna. Neprestano je jela, no nikako se nije mogla zasititi. Onda se dogodilo nešto krajnje zabrinjavajuće. Hrana je kroz nju prola-

zila neprobavljena! Palačinke, kolači, grožđice, mrkva, zobena kaša, sve se to moglo vidjeti u njezinoj stolici. To me jako prestrašilo, jer je upućivalo na ozbiljne probavne probleme. Zahvalila sam Bogu što sam kupila avionske karte.

Spomenula bih sad i stres kojem je izložena obitelj pacijenta s nejasnom bolešću poput Leonine. Prvo, uvijek se postavljalo pitanje je li njena bolest stvarna jer i bolničke su pretrage potvrdile da je zdrava. Usto, u njezinu je slučaju postojao problem što je i izgledala zdravo. Čak su mi i najbolje prijateljice govorele da dobro izgleda. Neki su liječnici mislili da je Leona jednostavno lijena. Da bi situacija bila još više zamršena, postojao je i problem sa šećerom. Pretvarao bi je u ratobornu, bijesnu djevojku. Katkad je bilo teško suosjećati s nekim toliko nerazumnim, iako sam znala da iz nje progovara šećer. Teško mi je objasniti, i sebi i drugima, da si Leona nije mogla pomoći. Nije bila kriva. Bila je bodljikava poput kaktusa. Šećer ju je pretvarao u čudovište. Ostala moja djeca zvala su je "zmajem" kad bi ujutro ustala. Nitko joj se nije usudio obratiti, niti je pogledati bojeći se provale bijesa. Kad dijete ne želi surađivati, uvredljivo je, svadljivo i sklono nerazumnim ispadima te ne dobiva pozornosti i razumijevanja koliko zaslužuje. Znala sam se pitati gdje sam pogriješila u njezinu odgoju, ali kad bih sve sagledala, shvatila sam da je zapravo dobra, no da je muči bolest. Nisam znala objasniti njezino ponašanje.

Usto, imali smo dodatne troškove jer sam svaki dan kuhala dvije vrste hrane. Radila sam puno radno vrijeme i sama pekla kruh kako bih izbjegla šećer. Često sam se pitala hoćemo li ikad normalno živjeti.

Dok sam proučavala sve o alergijama i razgovarala s ljudima, otkrila sam da Leona nije jedina koja ima takve probleme. Početkom lipnja, kad joj je bilo prilično loše, odvela sam je novoj prijateljici koja je imala iste simptome kao i ona. Razgovarale su nekoliko sati, osjetila je olakšanje i više nije bila tako usamljena.

U svojoj mucu Leona nikad nije očajavala niti je spomenula mogućnost da možda neće ozdraviti. Vjerovala je, kao što sam joj rekla, da neću prestati tražiti rješenje sve dok joj ne bude bolje.

Svoj smo dom napustile 22. lipnja i preletjele Kanadu kako bismo posjetile dr. Bateson-Koch. Ona nas je dočekala na aerodromu. To sam doživjela kao toplu gestu. Sljedećeg je dana pregledala Leonu. Iznenadilo me koliko je njezin pristup bio drukčiji, no bila sam sigurna da je upravo ovo liječenje kakvo sam željela za svoju kćer. Dr. Bateson-Koch bila je obrazovana, samouvjerena i sposobna. Vratila mi se nada i imala sam osjećaj da mi je netko skinuo golem teret s ramena. Nakon mnogobrojnih pretraga dr. Bateson-Koch dala je Leonu

program koji je trebala provoditi šest tjedana. Program se sastojao od posebne dijetе prilagođene Leoni, s vitaminima, mineralima, ljekovitim biljem i enzimima. Dobila je i popis namirnica koje treba izbjegavati. Liječnica joj je također savjetovala da pije mnogo vode. Drugog dana dijetе Leoni je pozlilo, što se događa kada se tijelo čisti od toksina.

Dr. Bateson-Koch ima odličan odnos prema pacijentima. Uz nju se osjećaju važni, ugodno im je i opušteni su. Od tog sam dana promatrala kako Leona postaje djevojčica kakva je trebala biti. Alergijske reakcije su bile sve rjeđe i sve slabije. Razina energije vrtoglavo joj je porasla.

Vratile smo se kući 30. lipnja. Znala sam da je Leoni bolje, no pitala sam se koliko će to stanje potrajati i hoće li se tako dobro osjećati za mjesec ili dva, a osobito kad počnemo uvoditi problematičnu hranu. Od 1. srpnja do 1. kolovoza Leona je imala samo jednu slabu reakciju, na dan kad se vratila kući. Na aerodromu je pojela salatu s talijanskim preljevom. Reakcija je bila 75% slabija nego inače. Nakon toga nije bilo alergijskih ispada. Vratile su joj se energija i snaga, koje su odgovarale normalnom, zdravom djetetu koje se bavi sportom. Ustala je s kauča i cijelo je ljeto provela na plaži. Pomagala je u kućanstvu i narav joj se poboljšala. Nerazumna je djevojka nestala. Dr. Bateson-Koch vratila mi je pristojnu djevojku koja je sa mnom razgovarala razumno. Prestala je lupati vratima i rjeđe se svađala s braćom. Iz te je bolesti poput leptira izašla nasmiješena, sretna djevojka. Oduvijek sam znala da je bila zatočena u bolesnom tijelu.

Drugi tjedan kolovoza bio je određen za eksperimentiranje: trebale smo uvesti problematičnu hranu koja je obično izazivala neugodne reakcije. Leona je počela s hostijom; reakcija je izostala. Nakon toga keksi i tost. Ništa. Slijedio je velik test: pizza. Nikakva reakcija! Predivno! Pojela je veliku pizzu bez prćpratih tegoba. Jasno, uzela je dodatne enzime. Toga je dana sunce zasjalo na našem nebu. Bila sam oduševljena. No, od tada je Leona, protiv moje volje, svaki dan jela sir. Vrlo brzo noge su je počele boljeti. To je bio znak da sir smije jesti samo povremeno. Jednog se dana osjetila dovoljno ohrabrena da konzumira malo smeđeg šećera. To nije prošlo dobro (reakcija nije bila teška kao inače, ali je ipak bila neugodna), pa je naučila da šećer treba izbjegavati. Javorov sirup je podnosila dobro, za razliku od meda koji joj je u rujnu izazvao reakciju. Mnogi su simptomi posve nestali. Bilo je predobro da bi čovjek vjerovao.

Leonini simptomi prije i poslije liječenja:

Želudac i crijeva:

- **Prije:** Nadutost, neugodan osjećaj, bol, slaba probava, hrana se ne probavlja. Morala je nositi širu odjeću koja je nije stezala oko struka.
- **Poslije:** Nadutost, neugodan osjećaj i bol su nestali. Dobra probava i normalan rad crijeva. Leona može navući i stare traperice koje su joj odavno prekratke. Trbuh joj nije ispupčen.

Nos:

- **Prije:** Često je curio i bio začepljen od sasušene sluzi.
- **Poslije:** Gotovo se sve povuklo. U ustima ujutro nema sluzi.

Uši:

- **Prije:** Zvonjava, tekućina u ušima, bol.
- **Poslije:** Uši su čiste. U njima nema tekućine i nisu osjetljive. Zvonjava je prestala.

Oči:

- **Prije:** Teški kapci; plavi podočnjaci.
- **Poslije:** Sjajne oči; podočnjaci su se povukli.

Očni kapci:

- **Prije:** Krmeljivi; nije ih mogla držati otvorene.
- **Poslije:** Nema simptoma.

Spavanje:

- **Prije:** Leona je znala ustati u bilo koje doba noći s osjećajem gladi. Jela bi sve što bi joj došlo pod ruku. Noću se nije mogla odmoriti, a ujutro se teško budila.
- **Poslije:** Leona spava i budi se odmorna.

Nesvjestica:

- **Prije:** Kad bi propustila obrok, bila bi toliko slaba da je padala u nesvijest.
- **Poslije:** Nesvjestica i osjećaj slabosti više se nisu javljali.

Narav:

- **Prije:** Bezrazložni napadaji bijesa, razdražljivost, s njom se nije moglo izaći na kraj.
- **Poslije:** Ugodna, sretna, puna ljubavi. Mnogo bolje komunicira s ljudima koji ju okružuju. Bolje se slaže s braćom. Ne lupa vratima.

Tjelesna temperatura:

- **Prije:** Uvijek 36.5° C.

- **Poslije:** Tjelesna temperatura narasla je na 37° C.

Obavljanje kućanskih poslova:

- **Prije:** Jedva da je ikada završila neki posao. Sve je za nju bilo previše. Uvijek je odgađala poslove ili smišljala načine kako da se izvuče. Soba joj je bila u velikom neredu; nije je imala snage pospremiti. Samo se htjela odmarati.
- **Poslije:** Soba joj je više-manje uredna. Obavlja poslove koji se od nje traže.

Fizički izgled:

- **Prije:** Bila je blijeda.
- **Poslije:** Zrači i ružičastih je obraza.

Stopala:

- **Prije:** Zaudarala su.
- **Poslije:** Nemaju nikakav neobičan miris.

Koža:

- **Prije:** Jako osjetljiva. Čim bi se malo ogrebla, koža bi na tome mjestu pocrvenjela, posebice u predjelu vrata.
- **Poslije:** Nema preosjetljivosti kože.

Općenito:

Glavobolje, osipi i bolovi također pripadaju prošlosti. Leona sad donekle podnosi dim cigarete.

Dnevnik i pisma:

20. studenog 1994.

Leona nije imala reakciju nakon što je pojela sir. Njena preosjetljivost na šećer polako nestaje, a ocjene u školi su joj osjetno bolje.

Ne znam kako bih zahvalila dr. Bateson-Koch na tome što je Leonu na čudesan način vratila u stvaran svijet. Dr. Bateson-Koch voli ljude. Uvijek ćemo joj biti zahvalni na svemu što je učinila za našu obitelj.

7. kolovoza 1995.

Draga dr. Bateson-Koch,
prilažem vam Leonine ocjene za razdoblje 1993-1994 i 1994-1995. Već je u prvom semestru vidljivo poboljšanje, a u zadnjem su semestru ocjene još bolje. U oba je semestra na testovima imala u prosjeku 84.8% točnih odgovora. Evidentan je značajan pomak od 68.3% u listopadu 1993., kad je još