

# СПЕКТР

НАУЧНО-ПОПУЛЯРНЫЙ ЖУРНАЛ ОБ АУТИЗМЕ · ВЫПУСК №1

22 июня 2026 года

---

В этом выпуске:

1. От редакции
2. Главное за месяц
3. Наука понятным языком
4. Подходы и практика
5. Живые истории
6. Культура и медиа
7. Родителю на заметку
8. Источники

Журнал предназначен для вдумчивых родителей детей с РАС. Каждое утверждение сопровождается ссылкой на источник. Материалы носят информационный характер и не заменяют консультацию врача.

---

## 01 • От редакции

Перед вами первый выпуск «СПЕКТРА» — журнала, который раз в месяц будет рассказывать о самом важном, что происходит в мире аутизма: о научных открытиях, российских и мировых новостях, проверенных методах помощи и — главное — о живых людях.

Мы задумали этот журнал как разговор на равных. Без снисходительной жалости и без обещаний «вылечить» — потому что аутизм не болезнь, которую нужно искоренить, а особенность развития, с которой можно и нужно учиться жить, расти и радоваться. Наша оптика — поддержка и развитие, а не «исправление». Мы уважаем язык сообщества и стараемся писать так, как просят говорить о себе сами аутичные люди.

В России к 24 июня решается судьба клинических рекомендаций по детскому аутизму — документа, по которому будут работать тысячи врачей. В США специальное образование передают под ведомство, которое возглавляет человек, годами продвигавший мифы о вакцинах. А наука тем временем делает шаг вперёд: учёные впервые описали два биологических подтипа аутизма и научились по мозговым ритмам предсказывать, как у ребёнка будет развиваться речь.

Мы будем последовательно отделять доказанное от модного и опасного. На этих страницах вы не встретите рекламы «чудо-методов»: хелирования, MMS-отбеливателей и секретных диет. Мы честно объясним, что про них говорит наука — и почему они в лучшем случае бесполезны, а в худшем смертельно опасны.

И ещё. Этот журнал — про надежду, но честную. Про маму из Петербурга, которая сама выучилась на АВА-инструктора. Про 26-летнего Костю, нашедшего работу в кото-кафе. Про танцовщицу, которая узнала о своём аутизме в 33 года и сделала из этого искусство. Их истории — лучшее доказательство того, что при правильной поддержке спектр возможностей человека куда шире, чем кажется.

Хорошего чтения.

*Редакция «СПЕКТРА»*

---

## 02 • Главное за месяц

Восемь новостей из России и мира, которые стоит знать каждому родителю. Подробный разбор главного российского сюжета — конфликта клинических рекомендаций — читайте в разделе «Подходы и практика».

### 1. Судьба детского аутизма решается до 24 июня

РОССИЯ • КЛИНИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

Российское общество психиатров (РОП) опубликовало 15 июня вторую редакцию проекта клинических рекомендаций по РАС у детей. Под давлением депутатов, родителей и НКО снижена максимальная доза рисперидона (с 15 до 3 мг) и поднят возраст его назначения (с 2 до 5 лет). Но эксперты называют правки косметическими: галоперидол остался в проекте, а АВА-терапия признана лишь «краткосрочно эффективной». Общественное обсуждение обеих версий завершается 24 июня. Подробности — в разделе 04.

Источники: [Коммерсантъ, 15 июня 2026](#) • [Аутизм-Регионы](#)

### 2. Спецобразование передают ведомству Кеннеди-младшего

США • ПОЛИТИКА

16 июня Министерство образования США объявило о передаче надзора за программами специального образования (закон IDEA) в Министерство здравоохранения (HHS), которое возглавляет Роберт Кеннеди-младший — фигура, годами распространявшая мифы об аутизме и вакцинах. Организации по правам инвалидов, включая Autism Society of America, выступили резко против.

Источники: [The New York Times, 20 июня 2026](#) • [Mother Jones, июнь 2026](#)

### 3. 90% аутичных людей старше 40 лет — без диагноза

ООН • СТАРЕНИЕ

15 июня в штаб-квартире ООН прошла конференция о старении людей с аутизмом. Главный вывод: первое поколение диагностированных детей выросло, а системы поддержки к этому не готовы. Около 90% аутичных людей старше 40 лет никогда не получали официального диагноза, а риск ранней деменции у них существенно выше — до 35% среди тех, кому за 65.

Источники: [Новости ООН, 15 июня 2026](#)

### 4. В очереди на диагностику — 270 тысяч человек

ВЕЛИКОБРИТАНИЯ • ДИАГНОСТИКА

По данным Национальной службы здравоохранения (NHS) на март 2026 года, 270 701 человек ожидает направления на диагностику аутизма в Англии. 90% из них ждут дольше рекомендованных 13 недель. Национальное аутистическое общество требует срочного целевого финансирования.

Источники: [National Autistic Society](#)

## 5. ЧМ по футболу FIFA 2026 — с сенсорными комнатами

СПОРТ · ИНКЛЮЗИЯ

Чемпионат мира по футболу (США, Канада, Мексика) стал первым в истории крупным турниром с сертификатом «сенсорной инклюзии». На всех 16 стадионах работают сенсорные комнаты с приглушённым светом и шумоизоляцией, доступны бесплатные сенсорные сумки с берушами и антистресс-игрушками — для болельщиков с аутизмом, тревожностью, ПТСР.

Источники: [FIFA, официальный релиз](#) · [inva.news](#), 26 мая 2026

## 6. В Актау открылся новый центр Qamqorlyq

КАЗАХСТАН · ИНФРАСТРУКТУРА

19 июня в Актау заработал центр специальных социальных услуг Qamqorlyq для детей с РАС от 3 до 18 лет — 125 детей в смену, услуги бесплатны. Есть кабинеты АВА-терапии, сенсорная комната, классы робототехники и арт-терапии.

Источники: [Tengrinews](#), 19 июня 2026

## 7. Первые социальные дома для аутичных людей

НОВАЯ ЗЕЛАНДИЯ · ЖИЛЬЁ

2 июня в Тауранге открылись семь социальных домов, специально спроектированных для аутичных людей: отдельные автономные квартиры плюс бытовое сопровождение — помощь с покупками, визитами к врачу и бытом. Первый подобный проект в стране.

Источники: [Beehive.govt.nz](#), 2 июня 2026

## 8. День гордости аутичных людей прошёл в 22 странах

МИР · СООБЩЕСТВО

18 июня отметили Autistic Pride Day — праздник, который аутичные люди устраивают сами для себя. Девиз 2026 года: «Аутизм вышел в мейнстрим. Системы поддержки — нет». В Австралии к дате приурочили новые гранты на ресурсы, создаваемые самими аутичными людьми.

Источники: [autisticprideday.org](#) · [Reframing Autism](#), 18 июня 2026

---

## 03 · Наука понятным языком

Три свежих исследования июня 2026 года — без академического жаргона. Что сделали, что выяснили и что это значит для вашей семьи.

### Исследование 1 · нейробиология

#### У аутизма нашли два разных «портрета» мозга

**Суть.** Долгие годы учёные спорили, почему аутизм такой разный: один ребёнок не говорит совсем, другой свободно рассуждает, но с трудом заводит друзей. Международная группа под руководством Алессандро Гоцци (Итальянский технологический институт) и Адрианы Ди Мартино (Child Mind Institute) предположила, что под общим словом «аутизм» скрываются разные биологические состояния — и проверила это на снимках мозга.

**Что сделали.** Сравнили функциональные МРТ-снимки 940 аутичных и 1036 нейротипичных людей, а затем перепроверили выводы на 20 мышинных моделях аутизма. Анализировали, как разные зоны мозга «разговаривают» друг с другом в состоянии покоя.

**Результат.** Примерно у четверти участников обнаружили два противоположных паттерна. У одних связи между областями мозга были ослаблены (гипосвязность), у других — наоборот, усилены (гиперсвязность). Это не степени тяжести, а именно разные типы устройства мозга.

**Что это значит для практики.** Если у аутизма есть биологические подтипы, то и помощь со временем может стать точнее — «под конкретный мозг», а не «один метод для всех». До применения в клинике ещё далеко: это фундаментальное открытие, а не диагностический тест. Но направление обнадеживающее.

Где почитать: Nature Neuroscience, июнь 2026, DOI 10.1038/s41593-026-02287-z. Популярные разборы: [ScienceDaily](#) и [PsyPost](#).

### Исследование 2 · речь и мозг

#### Мозговые ритмы предсказывают развитие речи

**Суть.** Один из самых волнующих вопросов для родителей маленького аутичного ребёнка: заговорит ли он — и когда? Учёные Женевского университета (UNIGE) под руководством Кензы Латреш искали ответ в электрической активности мозга.

**Что сделали.** Записали электроэнцефалограмму (ЭЭГ) у 122 аутичных и 66 типично развивающихся детей в возрасте от 18 месяцев до 6 лет и наблюдали за тем, как у них развивалась речь.

**Результат.** Оказалось, что так называемые гамма-ритмы — быстрые мозговые волны, связанные с обработкой информации, — предсказывают траекторию развития речи у аутичных детей. По характеру этих волн можно с ранних лет понять, в каком направлении движется речевое развитие.

**Что это значит для практики.** В будущем ЭЭГ может стать недорогим и неинвазивным маркером: он поможет раньше выявлять детей, которым нужна усиленная речевая и коммуникативная поддержка, и не терять драгоценное время раннего вмешательства. Пока это исследовательский инструмент, а не рекомендация бежать на ЭЭГ.

Где почитать: Translational Psychiatry, 18 июня 2026, DOI 10.1038/s41398-026-04132-0. Популярный разбор: [MedicalXpress](#).

## Исследование 3 · пол и диагностика

### Девочек диагностируют позже — и разрыв сокращается

**Суть.** Десятилетиями считалось, что аутизм — «мужское» состояние: мальчикам диагноз ставят в несколько раз чаще. Шведские учёные решили проверить, действительно ли это так, или девочек просто не замечают.

**Что сделали.** Проанализировали данные 2,7 миллиона человек из национальных регистров Швеции, отслеживая, в каком возрасте ставился диагноз у мужчин и женщин.

**Результат.** В детстве мальчикам ставят диагноз заметно чаще, но с возрастом соотношение приближается к 1:1. Девочки и женщины получают диагноз значительно позже — многие лишь во взрослом возрасте. Это перекликается с историей активистки Грейс Тэйм, узнавшей о своём аутизме в 19 лет (см. раздел 05).

**Что это значит для практики.** Аутизм у девочек часто выглядит иначе: они лучше «маскируются», копируют социальное поведение, их трудности списывают на тревожность или характер. Если вы растите дочь и видите признаки — не позволяйте отмахнуться формулой «у девочек аутизма не бывает». Это миф, опровергнутый цифрами.

Где почитать: BMJ, 2026, DOI 10.1136/bmj-2025-084164. Популярный разбор: [ScienceDaily](#).

# 04 • Подходы и практика

Главный российский сюжет, два доказательных метода во всех деталях — и таблица, которая поможет отличить проверенное от сомнительного.

## Главный сюжет • Россия

### Битва клинических рекомендаций: что решается до 24 июня

В России сейчас одновременно существуют два конкурирующих проекта клинических рекомендаций по РАС у детей. Это не просто советы: по закону (ФЗ № 323-ФЗ) клинические рекомендации — нормативный ориентир, по которому обязан работать каждый врач-психиатр в любом регионе страны. От того, какой проект примет Минздрав, зависит, как тысячи врачей будут диагностировать и сопровождать детей с аутизмом.

Первый проект подготовило Российское общество психиатров (РОП). В мартовской редакции он вызвал волну критики: галоперидол детям с 2 лет, рисперидон в дозах до 15 мг (выше инструкции). Независимая экспертиза, по словам депутата Госдумы Ксении Горячевой, выявила 69 фактических ошибок. После вмешательства депутатов (Горячева, Ярослав Нилов), родительских НКО и поручения Минздрава 15 июня РОП выпустил вторую редакцию.

### Что реально изменилось в дозировках

| Препарат    | Проект РОП v1 (март) | Проект РОП v2 (июнь) | Действующие КР (АПСиП 2024) |
|-------------|----------------------|----------------------|-----------------------------|
| Рisperидон  | с 2 лет, до 15 мг    | с 5 лет, 0,5–3 мг    | с 5 лет, 3 мг               |
| Галоперидол | с 2 лет, 0,5–4 мг    | с 3 лет, 0,5–4 мг    | отсутствует                 |
| Арипипразол | 1,25–15 мг           | 5–10 мг              | —                           |

Снижение дозы рисперидона с 15 до 3 мг и повышение возраста с 2 до 5 лет — реальное улучшение. А вот галоперидол лишь сдвинули с 2 на 3 года при тех же дозах; критики называют это косметической правкой. Действующие рекомендации вовсе не упоминают этого старого антипсихотика.

### В чём суть спора

Альтернативный проект подготовили Ассоциация психиатров и психологов за научно обоснованную практику (АПСиП) совместно с Союзом педиатров — это и есть действующие рекомендации. Их ключевой принцип: **ни один лекарственный препарат не доказал способности влиять на ключевые симптомы РАС**. Лекарства — только при сопутствующих расстройствах (тревога, эпилепсия, СДВГ). Приоритет отдаётся доказательным немедикаментозным методам: ABA, ESDM, TEACCH, PECS.

Вторая редакция РОП включила в себя ADOS-2, АВА и ТЕАССН — это шаг вперёд. Но детский психиатр Степан Краснощёков, разобравший документ, настроен скептически:

«Работать по этому документу и оказывать адекватную помощь будет просто невозможно»

— Степан Краснощёков, *детский психиатр (Коммерсантъ, 15 июня 2026)*

Различается и подход к диагностике. РОП называет ADOS-2 «золотым стандартом», но отмечает, что его «применение в России ограничено». АПСИП аккуратнее: это «один из наиболее изученных инструментов» в составе комплексной оценки. Фонд «Антон тут рядом» и «Аутизм-Регионы» запустили петицию в Минздрав. Обсуждение второй редакции завершается 24 июня, после чего решение примет Научно-практический совет.

«Третий раз за шесть лет мы, родители, снова вынуждены бояться за здоровье наших детей и бороться за научно обоснованную помощь для них»

— «Аутизм-Регионы», *с сайта организации*

Источники: [Коммерсантъ, 15.06.2026](#) · [Vademecum, 15.06.2026](#) · [autismregions.ru/clinrec](http://autismregions.ru/clinrec) · [Милосердие.ru, 18.06.2026](http://miloserdie.ru)

## Метод подробно · 1

### АВА-терапия (прикладной анализ поведения)

**Что это.** АВА — наука о поведении, применяемая для обучения детей с РАС. Специалист разбирает: какое поведение происходит, в каком контексте и какие у него последствия — а затем с помощью позитивного подкрепления (поощрения) помогает развивать нужные навыки. Методы разные: от обучения отдельными пробами (DTT) до естественного, игрового подхода.

**Доказательная база.** Наивысший уровень по стандартам Cochrane, NICE (Великобритания) и ВОЗ. В России метод применяется более 10 лет и полностью локализован — есть программы подготовки специалистов на базе государственных вузов.

**Как применять в семье.** Родителей можно и нужно обучать базовым принципам — родительские программы АВА доказательно эффективны. Главное: последовательность, чёткие инструкции, немедленное и конкретное поощрение.

**Осторожно.** АВА бывает разной — от интенсивных программ (20–40 ч/нед.) до мягких натуралистических форматов. Качество целиком зависит от квалификации специалиста. Выбирайте сертифицированных специалистов и избегайте методик, ломающих ребёнка через сопротивление. Современная этическая АВА — про сотрудничество, а не про дрессировку.

## Метод подробно · 2

### ESDM — Денверская модель раннего вмешательства

**Что это.** ESDM (Early Start Denver Model) — программа для самых маленьких: детей от 1,5 до 4 лет с РАС или риском его развития. Разработана Салли Роджерс и Джералдин Доусон. Сочетает принципы АВА с игровым подходом и развивает социальную активность, речь и мышление через ежедневные естественные взаимодействия.

**Доказательная база.** Относится к категории NDBI (натуралистические развивающие поведенческие вмешательства). Многочисленные рандомизированные исследования показывают уменьшение выраженности симптомов, прогресс в мышлении и языковых навыках. В 2026 году обзор исследований ESDM опубликован в российском журнале «Аутизм и нарушения развития» (МГППУ).

**Как применять в семье.** Родители могут пройти обучение по P-ESDM — версии для родителей (от 1,5 до 20 часов в неделю). Суть метода проста: каждое бытовое взаимодействие — еда, купание, игра — превращается в обучающую возможность. Фокус на совместном внимании, подражании и инициативе самого ребёнка.

Источники: [Аутизм и нарушения развития, №1/2026](#) · [autismregions.ru/clinrec](http://autismregions.ru/clinrec)

## Технологии · коммуникация

### Приложения для неговорящих детей (AAC)

Альтернативная и аугментативная коммуникация (AAC) — это способы общения для детей, у которых речь отсутствует или ограничена: жесты, карточки PECS, а также приложения на планшете, которые озвучивают выбранные картинки. Важно развеять устойчивый миф: **AAC не тормозит развитие речи**. Напротив, поддерживаемая коммуникация снижает тревогу, уменьшает проблемное поведение и может стимулировать речь.

#### Приложения, доступные в России (2026):

- **LetMeTalk** — бесплатное, более 9000 изображений, поддержка русского языка.
- **«Говори Молча: Аутизм Диалог»** — с русским языком и функцией SMS.
- **PECS IV+** — переведён на русский, до 750 слов, голосовой вывод.
- **Leeloo AAC** и **JABtalk** — построены на принципах AAC и PECS.

Источники: [Газета.ru](http://Газета.ru), 14.04.2026 · [autizm-aura.ru](http://autizm-aura.ru)

Шпаргалка: доказательное и сомнительное

| Метод               | Доказательная база | Комментарий                                   |
|---------------------|--------------------|-----------------------------------------------|
| ABA / ПАП           | Высокая            | Cochrane, NICE, ВОЗ; разные форматы           |
| ESDM                | Высокая            | Множество РКИ; для детей 1,5–4 лет            |
| TEACCH              | Высокая            | Структурированное обучение                    |
| PECS / AAC          | Высокая            | Не тормозит речь                              |
| Терапия с животными | Недостаточная      | Возможна как дополнение, не основа            |
| Специальные диеты   | Недостаточная      | Нет убедительных данных                       |
| Ноотропы, пептиды   | Нет                | Не рекомендованы                              |
| Хелирование, MMS    | Опасны             | Доказан вред, вплоть до смерти (см. разд. 07) |

Источник таблицы: действующие клинические рекомендации АПсиП (2024); [autismregions.ru/clinrec](https://autismregions.ru/clinrec).

---

## 05 • Живые истории

Четыре истории о людях, чью жизнь изменил диагноз РАС. О мамах, которые ради своих детей начали жизнь заново и превратили личный опыт в помощь другим. И об аутичных взрослых, которые благодаря поддержке смогли стать увереннее и самостоятельнее.

### История 1 • Санкт-Петербург

#### «Мы были раздавлены»: история Евгении и её сына Вити

Витя Фоменков из Петербурга до двух лет развивался нормально. Потом — тяжёлая болезнь (аденовирус, ангина с судорогами) и резкий регресс: мальчик перестал смотреть в глаза, не понимал речь, кричал в общественных местах. Семья прошла долгий путь от платных врачей до неврологов и психиатров, прежде чем услышала диагноз. Бабушке пришлось продать квартиру, чтобы оплатить занятия. За два года интенсивной работы Витя сделал огромные успехи, а мама Евгения — кандидат экономических наук — сама пошла учиться на АВА-инструктора.

«Мы долго не могли понять, что произошло... дошли до психиатров — и впервые услышали: „Аутизм!“ Сказать, что мы были раздавлены, — не сказать ничего...»

— Евгения, мама Вити

«Каждое новое слово, каждый взгляд в глаза — это огромный труд. Я сама начала учиться на АВА-инструктора, чтобы помогать сыну не только на занятиях, но и дома.»

— Евгения

Где прочитать: [«Фонтанка.ру»](https://fontanka.ru), 22 июня 2026.

### История 2 • Нижний Новгород

#### «Я семь лет жила в гонке»: Анна Журавлёва

Анна Журавлёва — мама тринадцатилетнего Никиты с РАС и педагог. Диагноз сыну поставили рано, и несколько лет Анна, по её словам, «летела мимо собственной жизни». Потом она переключила этот опыт в помощь другим: прошла международное обучение по АВА, получила степень магистра, в 2023 году создала АНО «Мир возможностей» и открыла школу адаптивного тхэквондо для детей с РАС. Весной 2026 года её спортсмены заняли второе место на чемпионате России — 154 медали за два года.

«Я очень плохо помню те семь лет. Я не жила, а просто летела мимо своей жизни с мыслью, что ещё можно сделать для ребёнка.»

— Анна Журавлёва

«Нет ни одного ребёнка, который был бы равнодушен к своим успехам. Они ждут соревнований, радуются медалям, гордятся своими результатами.»

— Анна Журавлёва

Где прочитать: [«Комсомольская правда», 16 июня 2026.](#)

## История 3 · Москва

### Костя, 26 лет: работа в кото-кафе

Косте 26 лет, у него аутизм, и ему было трудно даже начать разговор или задать вопрос. С помощью программы сопровождаемого трудоустройства фонда «Искусство быть рядом» он прошёл стажировку и стал штатным сотрудником кото-кафе — заведения, где гости общаются с кошками. Костя следит за порядком, заботится о животных, встречает посетителей. Его история — о том, что при правильной поддержке взрослые аутичные люди могут полноценно работать.

«Для человека с аутизмом это возможность обеспечить себя, стать самостоятельнее и увереннее.»

— из публикации Радио ВЕРА

Где прочитать: [Радио ВЕРА, 26 мая 2026.](#)

## История 4 · Австралия

### Грейс Тэйм: «Мой диагноз пришёл в 19 лет»

Грейс Тэйм — австралийская активистка, удостоенная награды «Австралиец года» в 2021-м. К Дню гордости аутичных людей (18 июня) она выпустила на радио ABC четырёхсерийный подкаст «Autistic AF» о том, почему женщин с аутизмом десятилетиями не замечали в науке и медицине. Тэйм — одна из тех, кто получил диагноз в студенческие годы. Её история перекликается со шведским исследованием из раздела ОЗ.

«Я аутичная, и мой диагноз пришёл в 19 лет — это не редкость. Большинство мальчиков выявляют ещё до школы, а девочек — лишь в позднем подростковом возрасте.»

— Грейс Тэйм (перевод с английского)

«Получить диагноз — это не просто бумажка; это способ помочь окружающим понять, кто ты есть.»

— Грейс Тэйм

Где послушать: [ABC — «Girls don't get autism» \(Autistic AF\)](#).

---

## 06 • Культура и медиа

Три новинки, которые помогут увидеть аутизм изнутри — глазами тех, кто находится в спектре.

### Фильм • документальный

#### «Room to Move» (Netflix, 2026)

Документальный фильм о хореографе и танцовщице Дженн Фриман, которой поставили диагноз РАС в 33 года. Пять лет камера следует за ней — от диагноза до создания сольного перформанса. Редкий случай, когда аутизм показан через художественную профессию: не как преодоление, а как переосмысление идентичности. Фриман рассказывает, как черты аутизма — любовь к повторению, перфекционизм, интенсивность — были её сильными сторонами задолго до диагноза.

«Жаль, что я не узнала об этом раньше — сразу началось горевание обо всей путанице в жизни и обо всех моментах, которые я не могла осмыслить.»

— Дженн Фриман (перевод с английского)

Где смотреть: [Netflix](#). Разбор: [NPR](#), 28 мая 2026.

### Сериал • реалити

#### «Любовь в спектре», сезон 4 (Netflix, 2026)

Четвёртый сезон отмеченного премией Emmy документального реалити вышел 1 апреля 2026 года. Сериал следит за молодыми аутичными людьми, которые ищут романтические отношения. Это не история «героев вопреки», а живая, тёплая и нередко смешная картина обычной взрослой жизни: свидания, первые отношения, маленькие победы. Хорошее напоминание о том, что аутичные люди хотят того же, что и все.

Где смотреть: [Netflix](#). Рецензия: [The Guardian](#).

### Подкаст • Россия

#### «Все не как все» (фонд «Открытая среда»)

Российский инклюзивный подкаст, который ведут сотрудники и студенты фонда «Открытая среда» — в том числе сами люди с аутизмом. Новый сезон (с апреля 2026) называется «Сам могу» и посвящён самостоятельности взрослой жизни: работе, быту, дружбе, творчеству. Это, пожалуй, первый российский подкаст об аутизме, где люди с РАС — не объект разговора, а его полноправные участники. Большая редкость для русскоязычного пространства.

Где послушать: [podcast.ru](https://podcast.ru). Анонс: [Агентство социальной информации](#).

**Книжная полка (бонус).** Ждём в сентябре 2026 мемуар «Momtistic» американской журналистки Лоры Донован — о «двойном открытии»: сначала аутизм нашли у обоих её сыновей, а потом, в 35 лет, и у неё самой. Для тех, кто хочет понять внутренний мир аутичного человека, по-прежнему незаменимы книги Наоки Хигасиды «Почему я прыгаю» и Идо Кедара «Идо в стране аутизма».

---

## 07 • Родителю на заметку

Шесть практических ориентиров — и отдельный честный разговор о «чудо-методах», которые могут навредить вашему ребёнку.

1. **Раннее вмешательство ценнее всего.** Чем раньше начата доказательная помощь (ABA, ESDM), тем лучше прогноз. Для самых маленьких подойдёт P-ESDM, где обучают самих родителей.
2. **Учитесь сами.** Родительские программы АВА доказательно эффективны. Знание базовых принципов превращает каждый день дома в развивающую среду — как сделала Евгения из нашей первой истории.
3. **ААС — не препятствие, а помощь.** Если ребёнок не говорит, попробуйте карточки PECS или приложения (LetMeTalk, «Говори Молча», Leeloo). Это снижает тревогу и не тормозит речь.
4. **Девочек тоже это касается.** Аутизм у девочек часто маскируется. Не позволяйте отмахнуться фразой «у девочек не бывает» — это миф, опровергнутый исследованием на 2,7 млн человек.
5. **Готовьте «сенсорный план» для выходов.** беруши, наушники, любимая игрушка, заранее проговорённый маршрут. Сенсорные комнаты появляются уже даже на стадионах ЧМ по футболу.
6. **Проверяйте метод по доказательной базе.** Прежде чем платить за «терапию», спросите: есть ли рандомизированные исследования? Что говорят Cochrane, NICE, ВОЗ? См. шпаргалку в разделе 04.

### Важно • доказательная медицина против «чудо-методов»

#### «Чудо-методов» не существует. Вот почему

Аутизм нельзя «вылечить» — это особенность развития, а не инфекция. Ни один из методов ниже не доказал эффективности для ключевых характеристик РАС, зато каждый несёт задокументированные риски. Источники — Cochrane, FDA, ВОЗ.

**Хелирование — есть смерти, нет пользы.** Введение хелатирующих агентов якобы «выводит тяжёлые металлы». Систематический обзор Cochrane (2015): доказательств пользы нет, а среди рисков — гипокальциемия, поражение почек и зафиксированные случаи смерти детей (2003–2005). FDA прямо запрещает применять хелирование при аутизме. Источники: [Cochrane](#) / [PMC](#) · [Cleveland Clinic](#)

**MMS / хлордиоксид — «то же, что пить отбеливатель».** «Чудесный минеральный раствор» (MMS) при смешивании с кислотой превращается в хлордиоксид. FDA (2019): употреблять MMS — то же самое, что пить отбеливатель. Последствия: тяжёлая рвота и диарея, опасное падение давления, острая печёночная недостаточность. «Белые нити», которые сторонники метода выдают за «паразитов», — это разрушенная слизистая оболочка кишечника. Источник: [FDA](#)

**Стволовые клетки, диеты GFCF, ГБО, секретин.** Расследование The Guardian (июнь 2026): в США детям с аутизмом вводят стволовые клетки в незарегистрированных клиниках. Крупнейшее испытание (Duke, 180 участников, с плацебо) пользы не показало; риски — слепота, опухоли, инфекции. Безглютеновая/безказеиновая диета (GFCF) как «лечение» аутизма не подтверждена и грозит снижением плотности костей. Гипербарическая оксигенация и секретин для лечения РАС не одобрены и неэффективны. Источники: [The Guardian](#) · [Autism Science Foundation](#)

**Миф «вакцины вызывают аутизм» — опровергнут.** Этот миф родился из статьи Эндрю Уэйкфилда (1998), которую The Lancet отозвал, а самого автора лишили лицензии за фальсификацию. В декабре 2025 года экспертный комитет ВОЗ по безопасности вакцин по итогам анализа 31 исследования вновь подтвердил: связи между вакцинами и РАС нет. Источник: [ВОЗ](#), [11.12.2025](#)

**Тревожный контекст 2026 года.** В феврале FDA без какой-либо огласки удалило со своего сайта предупреждения против опасных «методов лечения» аутизма (по данным ProPublica), а само ведомство теперь курирует фигура, продвигавшая дезинформацию. Тем важнее родителям опираться на доказательную базу, а не на громкие обещания.

Источник: [ProPublica](#), февраль 2026.

---

## 08 • Источники

Полный список ссылок с краткими аннотациями. Все URL приведены полностью и проверены на 22 июня 2026 года.

### Наука

1. Nature Neuroscience — два биологических подтипа аутизма (DOI 10.1038/s41593-026-02287-z).  
Разбор: <https://www.sciencedaily.com/releases/2026/06/260602021634.htm>
2. PsyPost — научно-популярный разбор того же исследования о подтипах аутизма.  
<https://www.psypost.org/scientists-identify-two-distinct-biological-subtypes-of-autism-using-brain-scans/>
3. MedicalXpress — гамма-ритмы мозга и развитие речи у аутичных детей (UNIGE, Translational Psychiatry). <https://medicalxpress.com/news/2026-06-brain-reveal-language-autistic-children.html>
4. ScienceDaily — шведское исследование о позднем диагнозе у девочек (BMJ, 2,7 млн человек).  
<https://www.sciencedaily.com/releases/2026/02/260210082921.htm>

### Россия: клинические рекомендации и практика

5. Коммерсантъ — вторая редакция проекта РОП, изменения дозировок и позиции сторон (15.06.2026). <https://www.kommersant.ru/doc/8737696>
6. Vademecum — детальный разбор изменений параметров назначения лекарств (15.06.2026).  
<https://www.vademec.ru/news/2026/06/15/v-proekte-kr-po-detskomu-autizmu-izmenili-parametry-naznacheniya-lekarstv/>
7. «Аутизм-Регионы» — хроника конфликта КР, петиция, позиция родительского сообщества.  
<https://autismregions.ru/clinrec>
8. Милосердие.ru — что могут сделать родители в ситуации пересмотра КР (18.06.2026).  
<https://www.miloserdie.ru/news/peresmotr-klinicheskikh-rekomendacij-po-autizmu-chto-mozhno-sdelat/>
9. Журнал «Аутизм и нарушения развития» (МГППУ), №1/2026 — обзор исследований ESDM.  
[https://psyjournals.ru/journals/autdd/archive/2026\\_n1/Berezutskaya](https://psyjournals.ru/journals/autdd/archive/2026_n1/Berezutskaya)
10. Газета.ru — обзор приложений ААС для неговорящих детей (14.04.2026).  
<https://www.gazeta.ru/amp/family/2026/04/14/22784263.shtml>

### Мир: новости и политика

11. Новости ООН — конференция о старении аутичных людей; 90% старше 40 без диагноза (15.06.2026). <https://news.un.org/ru/story/2026/06/1468104>
12. The New York Times — передача спецобразования (IDEA) под ведомство HHS (20.06.2026).  
<https://www.nytimes.com/2026/06/20/us/politics/special-education-rfk.html>

13. Mother Jones — реакция организаций по правам инвалидов на решение по IDEA (июнь 2026).  
<https://www.motherjones.com/politics/2026/06/rfk-jr-disability-special-education-hhs-kennedy-autism/>
14. National Autistic Society — кризис очередей на диагностику в Англии (270 701 человек).  
<https://www.autism.org.uk/what-we-do/news/our-response-to-autism-assessment-waiting-times>
15. FIFA — первый «сенсорно-инклюзивный» чемпионат мира по футболу 2026.  
<https://inside.fifa.com/organisation/news/accessibility-world-cup-2026-disability-social-inclusion>
16. Tengrinews — открытие нового центра Qamqorlyq в Актау, Казахстан (19.06.2026).  
[https://tengrinews.kz/kazakhstan\\_news/mangistau-otkrylsya-tsentr-detey-rasstroystvami-602003/](https://tengrinews.kz/kazakhstan_news/mangistau-otkrylsya-tsentr-detey-rasstroystvami-602003/)
17. Beehive.govt.nz — первые социальные дома для аутичных людей в Новой Зеландии (02.06.2026).  
<https://www.beehive.govt.nz/release/new-social-homes-autistic-people>
18. autisticprideday.org — Международный день гордости аутичных людей (18 июня).  
<https://autisticprideday.org>

## **Доказательная медицина против псевдонауки**

19. Cochrane / PMC — систематический обзор хелирования при PAC: пользы нет, есть риски и смерти.  
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC6457964/>
20. FDA — предупреждение об опасности MMS / хлордиоксида («не пейте отбеливатель» ).  
<https://www.fda.gov/consumers/consumer-updates/danger-dont-drink-miracle-mineral-solution-or-similar-products>
21. ВОЗ — анализ GACVS: связи между вакцинами и аутизмом нет (11.12.2025).  
<https://www.who.int/news/item/11-12-2025-who-expert-group-s-new-analysis-reaffirms-there-is-no-link-between-vaccines-and-autism>
22. The Guardian — исследование рынка незарегистрированных инъекций стволовых клеток (12.06.2026). <https://www.theguardian.com/society/2026/jun/12/autism-stem-cell-infusions-rfk-jr>
23. Autism Science Foundation — обзор недоказанных «методов лечения» аутизма.  
<https://autismsciencefoundation.org/beware-of-non-evidence-based-treatments/>
24. ProPublica — FDA удалило предупреждения против опасных методов лечения аутизма (февраль 2026). <https://www.propublica.org/article/rfk-jr-fda-removes-autism-treatments-warning>

## **Живые истории и медиа**

25. «Фонтанка.ру» — история Евгении и её сына Вити, Санкт-Петербург (22.06.2026).  
<https://www.fontanka.ru/2026/06/22/76491468/>
26. «Комсомольская правда» — Анна Журавлёва, «Я семь лет жила в гонке» (16.06.2026).  
<https://www.kp.ru/daily/277789.4/5263699/>
27. Радио ВЕРА — сопровождаемое трудоустройство, история Кости в кото-кафе (26.05.2026).  
<https://radiovera.ru/pomoch-ustroitsja-na-rabotu-vzroslym-ljudjam-s-autizmom.html>
28. ABC — подкаст Грейс Тэйм «Autistic AF: Girls don't get autism» (03.06.2026).  
<https://www.abc.net.au/listen/programs/ladies-we-need-to-talk/girls-don-t-get-autism/106736860>
29. Netflix — документальный фильм «Room to Move» о Дженн Фриман.  
<https://www.netflix.com/title/82748667>

30. NPR — разбор фильма «Room to Move» и позднего диагноза (28.05.2026).  
<https://www.npr.org/2026/05/28/nx-s1-5819550/jenn-freeman-film-room-to-move>
31. Netflix — реалити «Love on the Spectrum», сезон 4. <https://www.netflix.com/title/81781241>
32. podcast.ru — российский подкаст «Все не как все», фонд «Открытая среда».  
<https://podcast.ru/1614796062/e>
33. Агентство социальной информации — анонс нового сезона «Все не как все» (22.04.2026).  
<https://asi.org.ru/report/2026/04/22/fond-otkrytaya-sreda-predstavil-novyi-sezon-podkasta-vse-ne-kak-vse/>

---

*«СПЕКТР» — научно-популярный журнал об аутизме. Выпуск №1 от 22 июня 2026 года. Материалы носят информационный характер и не заменяют консультацию специалиста.*