

اوتیسم چیست؟

اوتیسم، یک وضعیت پیچیده است که شامل مشکلات ارتباطی و رفتاری می شود. می تواند طیف وسیعی از علائم و مهارت ها را در برگیرد. ASD می تواند یک مشکل جزئی یا نوعی ناتوانی باشد که نیاز به مراقبت تمام وقت در یک مرکز خاص دارد.

افراد مبتلا به اوتیسم در برقراری ارتباط مشکل دارند. آنها در درک آنچه دیگران فکر و احساس می کنند مشکل دارند. این باعث می شود که آنها نتوانند خود را با کلمات یا از طریق حرکات، حالات چهره و لمس بیان کنند.

افراد مبتلا به اوتیسم ممکن است مشکلات یادگیری داشته باشند. مهارت های آنها ممکن است به طور نابرابر رشد کند. به عنوان مثال، آنها ممکن است در برقراری ارتباط مشکل داشته باشند، اما در هنر، موسیقی، ریاضیات یا حافظه به طور غیرعادی خوب هستند. به همین دلیل، آنها ممکن است به ویژه در آزمون های تجزیه و تحلیل یا حل مسئله خوب عمل کنند. در این مقاله که توسط **پزشکان بهترین آزمایشگاه شمال تهران** تهیه شده است، به علائم اوتیسم، انواع و درمان آن می پردازیم

علائم اوتیسم چیست؟

علائم اوتیسم معمولاً قبل از ۳ سالگی کودک ظاهر می شود. برخی از افراد از بدو تولد علائم را نشان می دهند.

علائم شایع اوتیسم عبارتند از:

- عدم ارتباط چشمی
- طیف محدودی از علایق یا علاقه شدید به موضوعات خاص
- انجام کاری بارها و بارها، مانند تکرار کلمات یا عبارات، تکان دادن به جلو و عقب، یا چرخاندن اهرم
- حساسیت بالا به صداها، لمس ها، بوها یا مناظری که برای افراد دیگر عادی به نظر می رسد
- نگاه نکردن یا گوش ندادن به دیگران
- وقتی شخص دیگری به چیزها اشاره می کند به آنها نگاه نمی کند
- عدم تمایل به در آغوش گرفتن یا در آغوش گرفتن
- مشکلات در درک یا استفاده از گفتار، حرکات، حالات چهره یا لحن صدا
- صحبت کردن با صدای آواز، صاف یا رباتیک
- مشکل در سازگاری با تغییرات روال

برخی از کودکان مبتلا به اوتیسم نیز ممکن است دچار تشنج شوند. این علائم ممکن است تا دوران نوجوانی شروع نشوند.

انواع اختلالات طیف اوتیسم چیست؟

سندرم آسپرگر: این بچه ها با زبان مشکلی ندارند. در واقع، آنها تمایل دارند در آزمون های هوش در حد متوسط یا بالاتر از میانگین امتیاز کسب کنند. اما آنها مشکلات اجتماعی و طیف محدودی از علایق دارند.

اختلال اوتیسم: این همان چیزی است که اکثر مردم با شنیدن کلمه "اوتیسم" به آن فکر می کنند. این اختلال به مشکلات در تعاملات اجتماعی، ارتباطات و بازی در کودکان کمتر از ۳ سال اشاره دارد.

اختلال تجزیه کننده دوران کودکی: این کودکان حداقل برای ۲ سال رشد معمولی دارند و سپس بخشی یا بیشتر مهارت های ارتباطی و اجتماعی خود را از دست می دهند.

اختلال رشد فراگیر (PDD یا اوتیسم غیر معمول): اگر فرزند شما رفتارهای اوتیسمی مانند تاخیر در مهارت های اجتماعی و ارتباطی دارد، اما در دسته دیگری قرار نمی گیرد، ممکن است پزشک شما از این اصطلاح استفاده کند.

چه چیزی باعث اوتیسم می شود؟

اینکه چرا اوتیسم رخ می دهد، مشخص نیست. این امر می تواند ناشی از مشکلات بخش هایی از مغز باشد که ورودی حسی را تفسیر می کند و زبان را پردازش می کند.

اوتیسم در پسران چهار برابر بیشتر از دختران است. این می تواند در افراد از هر نژاد، قومیت یا پیشینه اجتماعی رخ دهد. درآمد خانواده، سبک زندگی یا سطح تحصیلات روی خطر ابتلای کودک به اوتیسم تأثیری ندارد. اما برخی از عوامل خطر وجود دارد که عبارتند از:

سابقه اوتیسم در خانواده وجود دارد، بنابراین ترکیب خاصی از ژن ها ممکن است خطر ابتلا به کودک را افزایش دهد.

خطر ابتلا به اوتیسم در یک کودک با والدین مسن تر بیشتر است.

حدود ۱۰ درصد از کودکان مبتلا به ASD نوعی اختلال ژنتیکی مانند سندرم داون و سندرم X شکننده دارند.

زنان باردار که در معرض برخی داروها یا مواد شیمیایی مانند الکل یا داروهای ضد تشنج قرار می گیرند، بیشتر احتمال دارد که فرزندان اوتیسمی داشته باشند. سایر عوامل خطر عبارتند از شرایط متابولیک مادر مانند دیابت و چاقی. تحقیقات همچنین اوتیسم را با فنیل کتونوری درمان نشده (همچنین PKU، یک اختلال متابولیک ناشی از فقدان آنزیم) و سرخجه مرتبط دانسته است.

هیچ مدرکی مبنی بر اینکه واکسیناسیون باعث اوتیسم می شود وجود ندارد.

این بحث در سال ۱۹۹۸ آغاز شد، زمانی که محققان بریتانیایی مقاله ای را منتشر کردند که واکسن سرخک، اوریون، سرخجه (MMR) باعث اوتیسم می شود.

این مقاله بعداً توسط مشاور عمومی پزشکی انگلیس به طور رسمی "تقلب" نام گرفت، اما بحث های زیادی را در مورد ایمنی واکسن به راه انداخت که تا به امروز ادامه دارد.

این مطالعه تنها ۱۲ کودک را مورد بررسی قرار داد، اما تبلیغات زیادی دریافت کرد زیرا در همان زمان، تعداد کودکانی که به این عارضه تشخیص داده شدند، به سرعت افزایش یافت.

یافته های این مقاله باعث شد تا سایر پزشکان تحقیقات خود را در مورد ارتباط بین واکسن MMR و اوتیسم انجام دهند. حداقل ۱۲ مطالعه پیگیری انجام شد. هیچ مدرکی مبنی بر ایجاد اوتیسم توسط واکسن پیدا نکرد

اوتیسم چگونه بر مهارت های اجتماعی کودک تأثیر می گذارد؟

کودک مبتلا به ASD در تعامل با دیگران مشکل دارد. مشکلات مهارت های اجتماعی از شایع ترین نشانه ها هستند. آنها ممکن است بخواهند روابط نزدیکی داشته باشند اما نمی دانند چگونه.

اگر کودک شما در این طیف قرار دارد، ممکن است در سن ۸ تا ۱۰ ماهگی برخی از علائم اجتماعی را نشان دهد، از جمله:

- آنها تا یک سالگی به نام خود پاسخ نمی دهند.
- بازی کردن، اشتراک گذاری یا صحبت کردن با افراد دیگر برای آنها جالب نیست.
- آنها ترجیح می دهند تنها باشند.
- آنها از تماس فیزیکی از جمله در آغوش گرفتن اجتناب می کنند یا آن را رد می کنند.
- از تماس چشمی اجتناب می کنند.
- وقتی ناراحت هستند، دوست ندارند دلداری بدهند.

- آنها احساسات را درک نمی کنند - احساسات خود یا دیگران.
- آنها ممکن است دست های خود را دراز نکنند تا در آغوش گرفته شوند یا برای راه رفتن راهنمایی شوند.

اوتیسم چگونه بر ارتباطات تأثیر می گذارد؟

حدود ۴۰ درصد از کودکان مبتلا به اختلالات طیف اوتیسم اصلاً صحبت نمی کنند و بین ۲۵ تا ۳۰ درصد برخی از مهارت های زبانی را در دوران نوزادی به دست می آورند اما بعداً آن ها را از دست می دهند. برخی از کودکان مبتلا به ASD در اواخر زندگی شروع به صحبت می کنند.

اکثر آنها مشکلاتی در ارتباط دارند، از جمله:

- تاخیر در مهارت های گفتاری و زبانی
- صدای صاف، روباتیک صحبت کردن، یا صدای آواز
- تکرار یک عبارت مشابه
- مشکلات ضمیر (مثلاً گفتن «تو» به جای «من»)
- استفاده نکردن یا به ندرت از حرکات رایج (اشاره دادن یا دست دادن) و پاسخ ندادن به آنها
- ناتوانی در ماندن در موضوع هنگام صحبت یا پاسخ دادن به سؤالات
- طعنه یا شوخی را تشخیص نمی دهد
- مشکل در بیان نیازها و احساسات
- عدم دریافت سیگنال از زبان بدن، لحن صدا و عبارات

اوتیسم چگونه تشخیص داده می شود؟

هرچه درمان اوتیسم زودتر شروع شود، احتمال مؤثر بودن آن بیشتر می شود. به همین دلیل دانستن چگونگی شناسایی علائم و نشانه ها بسیار مهم است.

تشخیص قطعی اوتیسم می تواند سخت باشد. پزشک روی رفتار و رشد تمرکز خواهد کرد.

برای کودکان، تشخیص معمولاً دو مرحله دارد.

غریبالگری رشدی به پزشک می گوید که آیا کودک در مسیر مهارت های اساسی مانند یادگیری، صحبت کردن، رفتار و حرکت قرار دارد یا خیر. کارشناسان پیشنهاد می کنند که کودکان در طول معاینات منظم در ۹ ماهگی،

۱۸ ماهگی و ۲۴ یا ۳۰ ماهگی از نظر این تأخیرهای رشدی غربالگری شوند. کودکان به طور معمول در معاینات ۱۸ و ۲۴ ماهگی به طور خاص برای اوتیسم بررسی می شوند.

اگر کودک در این غربالگری ها نشانه هایی از مشکل را نشان داد، به ارزیابی کامل تری نیاز دارد. این ارزیابی ممکن است شامل آزمایش های شنوایی و بینایی یا آزمایش های ژنتیکی باشد.

اگر فرزندان به این نقاط عطف رشدی خاص دست پیدا نکرد، یا اگر این رفتارها را کسب کرد اما بعداً آنها را از دست داد، قرار ملاقاتی با پزشک اطفال بگذارید:

- در ۶ ماهگی لبخند می زند
- تا ۹ ماهگی حالات چهره یا صداها را تقلید می کند
- تا ۱۲ ماهگی بغض می کند یا کلمه میگوید
- حرکت کردن در ۱۴ ماهگی
- تا ۱۶ ماهگی با تک کلمات صحبت می کند و در ۲۴ ماهگی از عبارات دو کلمه یا بیشتر استفاده می کند
- تا ۱۸ ماهگی وانمود می کند یا «باور می کند».

اوتیسم چگونه درمان می شود؟

هیچ درمانی برای اوتیسم وجود ندارد. اما درمان زودهنگام می تواند تفاوت بزرگی در رشد کودک مبتلا به اوتیسم ایجاد کند. اگر فکر می کنید کودک شما علائم ASD را نشان می دهد، در اسرع وقت به پزشک اطلاع دهید.

چیزی که برای یک نفر جواب می دهد ممکن است برای دیگری جواب ندهد. پزشک باید درمان را برای شما یا فرزندان تنظیم کند. دو نوع اصلی درمان عبارتند از:

رفتار درمانی و ارتباط درمانی: تجزیه و تحلیل رفتار کاربردی یکی از این درمان ها است. رفتار مثبت را ترویج می کند و رفتار منفی را منع می کند. کاردرمانی می تواند به مهارت های زندگی مانند لباس پوشیدن، غذا خوردن و ارتباط با افراد کمک کند. درمان یکپارچگی حسی ممکن است به افرادی که در لمس شدن یا مناظر یا صداها مشکل دارند کمک کند. گفتار درمانی مهارت های ارتباطی را بهبود می بخشد.

داروهایی برای کمک به علائم ASD، مانند مشکلات توجه، بیش فعالی یا اضطراب نیز تجویز میشوند.

درمان های مکمل ممکن است به تقویت مهارت های یادگیری و ارتباطی در برخی از افراد مبتلا به اوتیسم کمک کند. درمان های تکمیلی شامل موسیقی، هنر یا حیوانات درمانی مانند اسب سواری و حتی شنا با دلفین ها است.

آیا کودک مبتلا به اوتیسم باید رژیم غذایی خاصی داشته باشد؟

هیچ مدرک محکمی مبنی بر اینکه رژیم های غذایی خاص به کودکان مبتلا به ASD کمک می کند وجود ندارد. اوتیسم یک اختلال پیچیده مغزی است. در حالی که ممکن است به نظر برسد که حذف برخی غذاها می تواند علائم کودک شما را تسکین دهد، در واقع ممکن است آسیب بیشتری به همراه داشته باشد.

به عنوان مثال، کودکان مبتلا به اوتیسم اغلب استخوان های نازک تری دارند. محصولات لبنی دارای مواد مغذی هستند که می توانند استخوان های آنها را قوی تر کنند.

برخی شواهد نشان می دهد که افراد مبتلا به اوتیسم ممکن است سطوح پایینی از برخی ویتامین ها و مواد معدنی داشته باشند. این امر باعث اوتیسم نمی شود. اما ممکن است مکمل ها برای بهبود تغذیه پیشنهاد شوند. ویتامین B و منیزیم دو مورد از مکمل هایی هستند که اغلب برای افراد مبتلا به اوتیسم استفاده می شود.

با این حال، برخی تغییرات رژیم غذایی ممکن است به علائم خاصی از اوتیسم کمک کند. به عنوان مثال، آلرژی های غذایی ممکن است مشکلات رفتاری را بدتر کند. حذف آلرژن از رژیم غذایی ممکن است مشکلات رفتاری را بهبود بخشد.

برخی از کودکان مبتلا به اوتیسم مشکلات گوارشی مانند یبوست، درد شکم یا تهوع و استفراغ دارند. پزشک می تواند رژیم غذایی را پیشنهاد دهد که آن علائم را بدتر نکند.

و به یاد داشته باشید، نیازهای تغذیه ای در طول زمان تغییر می کند. متخصص تغذیه کودک به شما کمک می کند تا مطمئن شوید که غذاهایی که کودک می خورد همچنان با افزایش سن نیازهای او را برآورده می کند.

منابع:

<https://www.autism-society.org>

<https://www.webmd.com>

<https://www.nimh.nih.gov/health/topics/autism-spectrum-disorders-asd>

https://fa.wikipedia.org/wiki/%D9%88%D8%A7%DA%A9%D8%B3%D9%86_%D8%A7%D9%85%E2%80%8C%D8%A7%D9%85%E2%80%8C%D8%A2%D8%B1

