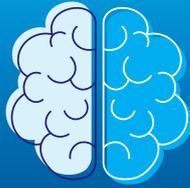


# اضطرابات طيف التوحد



## ما هي اضطرابات طيف التوحد؟

إن اضطرابات طيف التوحد هي اضطرابات نمائية عصبية، بمعنى أنها تنجم عن تشوهات في طريقة نمو الدماغ وعمله.

ويشمل هذا المصطلح مجموعة من الاضطرابات المختلفة، منها الحالات المرضية التي كانت تُعتبر منفصلة مثل التوحد ومتلازمة أسبرغر. ولا يزال بعض الناس يستعملون مصطلح "متلازمة أسبرغر"، ويُعتقد عموماً أنها تمثل الطرف الأخرى في سلسلة اضطرابات طيف التوحد.

ويعاني المصابون باضطرابات طيف التوحد من مشاكل في السلوك الاجتماعي والتواصل مع الآخرين، ويميلون إلى الانخراط في الاهتمامات والأنشطة الفردية التي يقومون بها مراراً وتكراراً.

وتصبح اضطرابات طيف التوحد واضحة، في معظم الحالات، خلال السنوات الخمس الأولى من حياة الشخص. وتبدأ هذه الاضطرابات في مرحلة الطفولة، وغالباً ما تستمر في سن المراهقة والرشد. ويعاني طفل واحد من كل 160 طفلاً، على الصعيد العالمي، من أحد اضطرابات طيف التوحد، ويكون تشخيص هذه الاضطرابات لدى الفتيان أكثر شيوعاً من الفتيات.

وغالباً ما يعاني المصابون باضطرابات طيف التوحد من حالات مرضية أخرى، منها الصرع والاكتئاب والقلق واضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط.

ويتباين مستوى الذكاء والأداء المعرفي للمصابين باضطرابات طيف التوحد تبايناً كبيراً، فيتراوح من الضعف الشديد إلى الأداء المتفوق.

## العلامات والأعراض الشائعة لاضطرابات طيف التوحد

لكل شخص مصاب بأحد اضطرابات طيف التوحد نمط سلوكي فريد، ولكن هناك بعض العلامات والأعراض الشائعة:

- مشاكل التواصل (صعوبة في استعمال اللغة أو فهمها) مثل تأخر تطور الكلام وقلّة المفردات بالنسبة للسن، وتكرار مجموعة من الكلمات أو العبارات، وتركيز الانتباه والمحادثة على عدد قليل من مجالات الموضوعات، والكلام الرتيب والسطحي.
- صعوبة في التفاعل الاجتماعي: يشمل ذلك وجود صعوبة في تكوين الصداقات والتفاعل مع الناس، وصعوبة في فهم تعابير الوجه، وصعوبة في فهم مشاعرهم ومشاعر الآخرين، وعدم تواصلهم بالعين، وعدم رغبتهم في العناق، وعدم الرد عند مناداتهم، أو رفض القيام بالأشياء التي يُطلب منهم القيام بها.
- السلوكيات المتكررة واتباع ممارسات روتينية صارمة: قد يشمل ذلك حركة جسدية متكررة مثل ررفة اليدين

والتحريك المتكرر للأشياء مثل تدوير عجلات سيارة لعبة، والقيام بأنشطة يمكن أن تسبب إيذاء الذات مثل العض أو ضرب الرأس، والتمسك بالروتين نفسه يومياً، وصعوبة التكيف مع التغييرات حتى الطفيفة منها.

- الحساسية الشعورية: فرط أو قلة الحساسية للأصوات والأصواء واللمس والتذوق والروائح واللمس والمحفزات الأخرى.

## ما أسباب اضطرابات طيف التوحد؟

على مدى العقدين الماضيين، درست البحوث المستفيضة وجود صلة بين لقاحات الأطفال واضطرابات طيف التوحد من عدمه. وكانت نتائج هذه البحوث واضحة وأجمعت كلها على أن اللقاحات لا تسبب التوحد.

ويبدو أن بعض الجينات التي يرثها الطفل من والديه تساهم في اضطرابات طيف التوحد. فاضطرابات طيف التوحد تنتقل في العائلات من جيل إلى آخر، وإذا أصيب بها طفل واحد، فمن المرجح أن يُصاب بها أشقاؤه أيضاً.

وقد تساهم بعض العوامل البيئية في حدوث اضطرابات طيف التوحد، مثل الولادة المبكرة (قبل 35 أسبوعاً من الحمل)، والتعرض للكحول في الرحم، والتعرض لبعض الأدوية في الرحم (مثل فالبروات الصوديوم المستعمل في علاج الصرع).

## متى تطلب المساعدة لطفلك

عادةً ما تبدأ اضطرابات طيف التوحد في مرحلة الطفولة، كما ذكر أعلاه. وقد ذكرنا بالفعل بعض العلامات الهامة. وهناك أيضاً بعض السلوكيات الرئيسية المتعلقة بنمو الطفل والتي قد لا تحدث إذا كان الطفل مصاباً بأحد اضطرابات طيف التوحد. وقد يكون غيابها بمثابة ضوء أحمر ينبه الآباء بضرورة طلب المساعدة المهنية:

- عند الشهر السادس: قلّة أو انعدام الابتسامات العريضة أو غيرها من التعبيرات الودودة والمبهجة والجذابة.
- عند الشهر التاسع: قلّة أو انعدام تبادل الأصوات أو الابتسامات أو تعبيرات الوجه الأخرى.
- عند الشهر الثاني عشر: قلّة أو انعدام أصوات المناغاة أو الهديل، وقلّة أو انعدام الإيماءات مثل الإشارة بالأصبع أو إظهار المشاعر أو مد الذراعين أو التلويح، والاستجابة الضئيلة أو المعدومة عند المناداة بالاسم.
- عند الشهر السادس عشر: عدم النطق بكلمات مفردة.
- عند الشهر الثامن عشر: عدم ممارسة ألعاب التخيل أو التظاهر.
- عند الشهر الرابع والعشرين: عدم النطق بعبارات من كلمتين.
- فقدان المهارات اللغوية أو المهارات الاجتماعية في أي سن.

## طرق العلاج التي يحتمل تسببها في الضرر

من المفهوم أنه عندما لا يوجد علاج لحالة ما، قد يشعر الآباء بالإحباط فيجربون ما يقدمه أي شخص من حولهم أو من وسائل الإعلام أو من مواقع الإنترنت. فأحرص دائماً على استشارة طبيبك قبل تجربة العلاجات المزعومة لأن بعضها قد يكون خطيراً. الطرق التي يُحتمل أن تسبب الضرر هي:

- العلاج بالاستخلاب: وهو علاج قد يكون خطيراً جداً، وقد توفي بعض الأطفال الذين عولجوا به
- علاجات الأكسجين المفرط الضغط
- الغلوبولين المناعي بالتسريب الوريدي.

## كيف تساعد طفلاً مصاباً بأحد اضطرابات طيف التوحد؟

يمكن أن يكون إنجاب طفل مصاب بأحد اضطرابات طيف التوحد أمراً مرهقاً ويستنزف وقتاً طويلاً من جميع أفراد الأسرة ويلقي بأعباء اقتصادية على كاهل الأسرة. وإضافةً إلى العناية بأطفالك، فإنك تحتاج أيضاً إلى العناية بصحتك البدنية والنفسية. وللوالدين دور بالغ الأهمية، فعليهما أن يبحثا عن أكبر قدر ممكن من المعلومات عن اضطرابات طيف التوحد. وهذه النصائح يمكن أن تساعدك أنت وطفلك على التواصل بشكل أفضل والتمتع بصحة أوفر:

- اجعل أنشطتهم اليومية تسير على وتيرة واحدة.
- نادِ طفلك باسمه لكي يعرف أنك تخاطبه.
- اخفت الضوضاء الخلفية إلى أدنى حد ممكن.
- تحدث بلغة بسيطة وببطء ووضوح.
- لعل من المفيد أن يكون ما تقوله مصحوباً بإيماءات أو صور بسيطة.
- امنح طفلك وقتاً إضافياً حتى يتجاوب مع ما قلته.
- دعه يلتحق بالمدارس العادية، إذا أمكن ذلك، على الرغم من أنه سيحتاج إلى مساعدة إضافية في المدرسة، مقارنةً بغيره، لتلبية احتياجاته التعليمية الخاصة وللتعامل مع مشاعره.

إذا شعرت بالقلق من ظهور علامات محتملة لمرض التوحد على طفلك، فاتصل بطبيب العائلة أو طبيب الأطفال ليُحيلك إلى متخصص في علم النفس أو طبيب نفسي لتقدير حالته وتقييمها بدقة. لا يوجد اختبار دم أو اختبار إشعاعي لتأكيد التشخيص، وسيجري الطبيب فحوصات ومقابلات واختبارات نفسية محددة. ولكن إذا خشي الأطباء من احتمالية وجود مرض آخر مصاحب لاضطرابات طيف التوحد، فقد يجرون اختبارات لذلك المرض أيضاً.

## معالجة اضطرابات طيف التوحد

اضطرابات طيف التوحد من المشكلات التي تستمر طوال الحياة ولا يمكن علاجها، ولكن توجد وسائل لتسهيل حياة المصاب بالتوحد وعائلته.

**الأدوية:** قد يصف الطبيب النفسي، في بعض الحالات، أدوية للمساعدة على علاج السلوكيات المتطرفة التي تتسم بالعدوانية أو التكرار أو إيذاء الذات. ومن الدواعي الأخرى لاستعمال الأدوية: الاكتئاب أو القلق أو اضطراب نقص الانتباه مع فرط النشاط.

**التدخلات السلوكية والإدراكية:** يمكن للتدخلات أن تحسن أداء الطفل. ومن الأمثلة على ذلك: المعالجة المُقوّمة للنطق، والعلاج المهني، والعلاج السلوكي والتواصل، والعلاج التعليمي، والتدريب والدعم الأسري لتمكين أفراد الأسرة من التعايش مع الطفل المصاب باضطرابات طيف التوحد ودعمه.

- اجعل بيئة الفصل الدراسي مريحة لهم. على سبيل المثال، إذا كانت الضوضاء الخلفية في الفصل تشتت انتباه الطالب المصاب أو تخيفه، فكر في إعطائه واقية الأذن لحجب الضوضاء.
- الطلاب المصابون باضطرابات طيف التوحد معرضون للتمتر، فحاول أن تتصدى لأي تمتر على الفور.
- ارفع مستوى وعي طلابك بالتوحد، وعلمهم أن يتقبلوا ذوي الحالات المرضية المختلفة.
- يمكن أن يعاني الطفل المصاب بأحد اضطرابات طيف التوحد من القلق عندما يكون في مكان به كثير من المحفزات الحسية مثل الفصل الدراسي. فحدد لهم مكاناً آمناً وهادئاً ليذهبوا إليه عندما يشعرون بالقلق، واعطهم تصريح خروج لإظهاره حتى يتمكنوا من مغادرة الفصل والذهاب إلى هناك. واحرص على ألا يكون ذلك هو المكان نفسه الذي ترسل إليه الطلاب المُعاقِبين (إن وجد).
- احرص على التواصل بانتظام مع أولياء الأمور/ مقدمي الرعاية، لأنهم أدرى بطفلهم، وقد يستطيعون اقتراح تدخلات تستفيد منها.

هذه النشرة الإعلانية حلقة في سلسلة من صحائف الحقائق التي تعدها منظمة الصحة العالمية لتوفير مزيد من المعلومات للجمهور العام عن الاضطرابات النفسية وسبل معالجتها. ويمكنك تنزيل جميع صحائف الحقائق مجاناً من الموقع الإلكتروني للمنظمة على العنوان: [www.emro.who.int/mnh](http://www.emro.who.int/mnh)

- قد تجد مدرسة خاصة في مدينتك للأطفال المصابين باضطرابات طيف التوحد ولا يستطيعون الذهاب إلى المدارس العادية.
- قد يكون من الصعب للغاية على بعض الأطفال المصابين باضطرابات طيف التوحد أن يتعاملوا مع المواقف غير المنتظمة، مثل فترات الراحة وأوقات الغداء. ويجب أن ينتبه المعلمون والعاملون في المدارس لمنع أي تمتر أو استغلال لهؤلاء الأطفال أثناء فترات الراحة.
- تواصل مع الآباء الآخرين للأطفال المصابين بالتوحد - انضم إلى منتدياتهم على الإنترنت أو احضر مجموعات الدعم.

## كيف يساعد المعلمون الطفل المصاب بأحد اضطرابات طيف التوحد؟

في هذه الأيام، يلتحق بالمدارس العادية المزيد والمزيد من الأطفال المصابين باضطرابات طيف التوحد. ويجب على المعلمين أن يستعدوا لتهيئة بيئة آمنة توفر الحماية للأطفال. وقد يتلقى المعلمون تدريباً خاصاً على مساعدة الأطفال المصابين باضطرابات طيف التوحد، ولكن هناك نصائح بسيطة يمكن أن يتبعها المعلم لمساعدة الطفل المصاب داخل الفصول الدراسية:

- اجعل أنشطتهم المدرسة اليومية تسير على وتيرة واحدة، والتزام دائماً بتلك التوتيرة. مهّد لهم أي تغيير يمكن التنبؤ به
- استعمل وسائل الدعم البصرية لمساعدتهم على فهم الروتين المدرسي والأنشطة اليومية فهماً أفضل.
- تواصل معهم بأسلوب بسيط وواضح، وامنحهم الوقت الكافي للتعامل مع المعلومات.