

ஆரோக்கியமாக இருப்போம்.

ஆட்டிசம் (Autism)



ஆரோக்கியமான வாழ்க்கைக்கான மருத்துவ
நிபுணர்களின் பரிந்துரைகள்.

இந்த சிறப்பு வெளியீடு உங்கள் ஆரோக்கியத்தை
மேம்படுத்துவதற்காக உலகம் முழுவதிலுமிருந்து 100
மருத்துவர்களால் தொகுக்கப்பட்டது.

ஆட்டிசம்

முக்கிய அம்சங்கள்

- ஆட்டிசம் என்பது மூளையின் செயல்பாட்டுப் பிரச்சினை (மூளை கட்டமைப்பு ரீதியாக இயல்பானது)
- அமெரிக்காவில், 8 வயதுக்குட்பட்ட 30 குழந்தைகளில் சுமார் 1 (3%)ஆட்டிசம் நோயால் பாதிக்கப்பட்டவர்கள் என அடையாளம் காணப்பட்டுள்ளனர்.
- அனைத்து இன, இன மற்றும் சமூக பொருளாதார குழுக்களிலும் ஆட்டிசம் ஏற்படுவதாகக் கூறப்படுகிறது.
- பெண்களை விட ஆண் குழந்தைகளிடையே ஆட்டிசம் 3 மடங்கு அதிகமாகக் காணப்படுகிறது.
- ஆட்டிசத்திற்கான தற்போதைய சிகிச்சைகள் அன்றாட செயல்பாடு மற்றும் வாழ்க்கைத் தரத்தில் தலையிடும் அறிகுறிகளைக் குறைக்க வேலை செய்கின்றன.
- மன இறுக்கத்திற்கான தற்போதைய சிகிச்சைகள் அன்றாட செயல்பாடு மற்றும் வாழ்க்கைத் தரத்தில் தலையிடும் அறிகுறிகளைக் குறைக்க முயல்கின்றன.
- சிகிச்சைகள் கல்வி, சுகாதாரம், சமூகம் அல்லது வீட்டு அமைப்புகளில் அல்லது அமைப்புகளின் கலவையில் வழங்கப்படலாம்.

சிலர் பயன்படுத்தும் மன இறுக்கத்திற்கு வேறு பெயர்கள் உள்ளன:

1. ஆட்டிசம் ஸ்பெக்ட்ரம் கோளாறு (ASD) என்பது ஆட்டிசத்திற்கான மருத்துவப் பெயர்.
2. ஆஸ்பெர்கர் நோய்க்குறி (அல்லது ஆஸ்பெர்கர் நோய்க்குறி) என்பது சிலரால் சராசரி அல்லது அதற்கு மேற்பட்ட நுண்ணறிவு கொண்ட ஆட்டிசம் உள்ளவர்களை விவரிக்கப் பயன்படுகிறது.

குழந்தைப் பருவ நரம்பியல் வளர்ச்சி கோளாறுகள் (CND)

குழந்தை பருவ நரம்பியல் வளர்ச்சி கோளாறுகளில் இரண்டு முக்கிய வகைகள் உள்ளன.(மூளை வளரும் மற்றும் வளரும் விதத்துடன் தொடர்புடையது)

1. ஆட்டிசம்: தொடர்பு, சமூக தொடர்பு மற்றும் நடத்தையை பாதிக்கும் ஒரு நிலை.

2. கவனக்குறைவு மிகை இயக்கக் கோளாறு (ADHD): கவனக்குறைவு, மிகை இயக்கக் கோளாறு மற்றும் திடீர் உணர்ச்சிவசப்படுதல் ஆகியவற்றால் வகைப்படுத்தப்படுகிறது.

இந்த இரண்டு நிலைகளும் நோய்கள் அல்லது நோய்கள் அல்ல என்பதை நினைவில் கொள்க; அவை நிலைமைகள் என்று அழைக்கப்படுகின்றன, மேலும் அவை நெருங்கிய தொடர்புடையவை.

CND இன் பண்புகள்

1. குழந்தைப் பருவத்தில் ஆரம்பம்: வரையறுக்கும் அம்சம் என்னவென்றால், இந்தக் கோளாறு பொதுவாக ஒரு குழந்தையின் வளர்ச்சிக் காலத்தில், பெரும்பாலும் 18 வயதுக்கு முன்பே தோன்றும், மேலும் வாழ்நாள் முழுவதும் நீடிக்கும்.
2. வளர்ச்சி குறைபாடுகள்: இந்தக் குறைபாடுகள் உள்ள நபர்கள் கற்றல், தொடர்பு, சமூகத் திறன்கள் அல்லது மோட்டார் திறன்கள் போன்ற வளர்ச்சியின் குறிப்பிட்ட பகுதிகளில் சிரமங்களை அனுபவிக்கின்றனர்.
3. செயல்பாட்டில் தாக்கம்: வளர்ச்சிக் கோளாறுகளால் ஏற்படும் குறைபாடுகள் ஒரு நபரின் வாழ்க்கையின் பல்வேறு அம்சங்களைப் பாதிக்கலாம், இதில் கற்றல், தொடர்பு கொள்ளுதல், அன்றாடப் பணிகளைச் செய்தல் மற்றும் மற்றவர்களுடன் தொடர்பு கொள்ளும் திறன் ஆகியவை அடங்கும்.

CND-க்கான ஆராய்ச்சி சான்றுகள்

தொகுக்கப்பட்ட ஆராய்ச்சி சான்றுகளின்படி (சமீபத்திய தசாப்தங்களில் இந்த பகுதியில் வெளியிடப்பட்ட நூற்றுக்கணக்கான ஆராய்ச்சி ஆவணங்களை பகுப்பாய்வு செய்த முறையான மதிப்புரைகள் மற்றும் மெட்டா பகுப்பாய்வு):

1. பெற்றோர் மற்றும் குடும்பச் சூழல் குழந்தையின் வளர்ச்சியைக் கணிசமாகப் பாதிக்கிறது, இதில் நிர்வாக செயல்பாடு, கவனம் மற்றும் சுய கட்டுப்பாடு ஆகியவற்றின் வளர்ச்சி அடங்கும், மேலும் CND உருவாகும் அபாயத்தையும் பாதிக்கலாம்.
2. பின்வரும் காரணிகள் ADHD விளைவுகளுடன் குறிப்பிடத்தக்க நேரடி தொடர்பைக் காட்டின:
 - பெற்றோருக்குரிய தொடர்பு தரம் (ஊடுருவும் தன்மை, எதிர்வினையாற்றல், எதிர்மறை மற்றும் கடுமையான ஒழுக்கம்)

- துன்புறுத்தல் (பொதுவான துன்புறுத்தல் மற்றும் உடல் ரீதியான துஷ்பிரயோகம்)
- பெற்றோர் உறவு நிலை (விவாகரத்து, ஒற்றை பெற்றோர்)
- குழந்தை ஊடக வெளிப்பாடு.

3. பெற்றோரின் மன ஆரோக்கியத்தைப் பாதிக்கும் பின்வரும் காரணிகள் CND விளைவுகளுடன் குறிப்பிடத்தக்க நேரடி தொடர்பைக் காட்டின:

- பெற்றோரின் மன அழுத்தம், மனச்சோர்வு மற்றும் ஆளுமை கோளாறுகள் ADHDக்கான அதிகரித்த ஆபத்துடன் கணிசமாக தொடர்புடையவை.
- தாய்வழி மன அழுத்தம் மற்றும் பதட்டம், தாய்வழி மகப்பேறுக்கு முற்பட்ட மன அழுத்தம், தாய்வழி மனச்சோர்வு, தாய்வழி மகப்பேறுக்கு பிறகான மனச்சோர்வு ஆகியவை ADHD உடன் நேர்மறையான தொடர்புடையவை.

இந்த கண்டுபிடிப்புகள், பெற்றோர் மற்றும் குடும்பச் சூழல் ஒரு குழந்தைக்கு ADHD இருப்பது கண்டறியப்படுவதற்கான வாய்ப்பைப் பாதிக்கக்கூடும் என்பதை ஆதரித்தன. பெற்றோருக்கு ஆதரவளிக்கும் தடுப்பு உத்திகள், பெற்றோருக்கான சவால்களைக் குறைத்தல் மற்றும் நடத்தை மேலாண்மையில் பெற்றோருக்கு பயிற்சி அளிப்பதற்கான அணுகலை அதிகரித்தல் போன்றவை, குழந்தைகளின் நீண்டகால வளர்ச்சி ஆரோக்கியத்தை மேம்படுத்தக்கூடும். பெற்றோரின் மன ஆரோக்கியத்தை மேம்படுத்துவதும், பெற்றோரின் மன அழுத்தத்தைக் குறைப்பதும், குழந்தையின் ஆரோக்கியம், நல்வாழ்வு மற்றும் நடத்தை விளைவுகளில் நேர்மறையான நீண்டகால தாக்கங்களை ஏற்படுத்தும்.

ஆட்டிசத்தின் நோய் வழிமுறை

மன இறுக்கத்தின் நோய்க்கிருமி உருவாக்கம் சிக்கலானது மற்றும் ஆரம்பகால மூளை வளர்ச்சி மற்றும் நரம்பியல் இணைப்பை பாதிக்கும் பல ஊடாடும் மரபணு, நரம்பியல் மற்றும் சுற்றுச்சூழல் காரணிகளை உள்ளடக்கியது.

1. மரபணு காரணிகள்

- வலுவான பரம்பரைத்தன்மை: ஆட்டிசம் அபாயத்தில் 80-90% வரை மரபணு சார்ந்ததாக நம்பப்படுகிறது.
- மரபணு மாற்றங்கள்: புதிய (புதிய) பிறழ்வுகள் மற்றும் மரபுவழி பிறழ்வுகள் இதில் ஈடுபடும் மரபணுக்களைப் பாதிக்கலாம்:
 - நரம்பு வளர்ச்சி (எ.கா., SHANK3, MECP2, NRXN1)
 - சினாப்டிக் செயல்பாடு மற்றும் நெகிழ்வுத்தன்மை
 - குரோமாடின் மறுவடிவமைப்பு மற்றும் படியெடுத்தல் ஒழுங்குமுறை
- நகல் எண் மாறுபாடுகள் (CNVs): பெரிய டிஎன்ஏ பிரிவுகளின் நகல் அல்லது நீக்குதல் மூளை வளர்ச்சியை சீர்குலைக்கலாம்.

2. எபிஜெனடிக் மற்றும் மரபணு-சுற்றுச்சூழல் தொடர்புகள்

- சுற்றுச்சூழல் காரணிகள் எபிஜெனடிக் வழிமுறைகள் (எ.கா., டி.என்.ஏ மெத்திலேஷன்) வழியாக மரபணு வெளிப்பாட்டை மாற்றக்கூடும்.
- இந்த இடைவினைகள் மூளை வளர்ச்சியைப் பாதிக்கும் மற்றும் ஆட்டிசம் உருவாகும் அபாயத்தை அதிகரிக்கும்.

3. நோய் எதிர்ப்பு சக்தி மற்றும் அழற்சி வழிமுறைகள்

- சில சான்றுகள் சுட்டிக்காட்டுகின்றன:
 - தாய்வழி நோய் எதிர்ப்பு சக்தியை செயல்படுத்துதல்
 - வளரும் மூளையில் மைக்ரோகிளியல் செயல்படுத்தல்
 - அசாதாரண சைட்டோகைன் சுயவிவரங்கள்

4. நரம்பு வளர்ச்சி அசாதாரணங்கள்

- மூளை வளர்ச்சியில் ஏற்படும் மாற்றங்கள்:
 - ஆட்டிசம் உள்ள சில குழந்தைகள் வாழ்க்கையின் முதல் 2-3 ஆண்டுகளில் மூளை வளர்ச்சியை துரிதப்படுத்துகிறார்கள்.
- சீர்குலைந்த சினாப்டிக் கத்தரித்தல்:
 - அதிகப்படியான சினாப்சுகள் அல்லது திறமையற்ற சீரமைப்பு சமிக்ஞை செயலாக்கத்தை பாதிக்கலாம்.
- அசாதாரண நரம்பியல் இணைப்பு:

- உள்ளூர் சுற்றுகளில் மிகை இணைப்பு மற்றும் நீண்ட தூர நெட்வொர்க்குகளில் ஹைபோ இணைப்பு ஆகியவை உணர்ச்சி, சமூக மற்றும் அறிவாற்றல் தகவல்களின் ஒருங்கிணைப்பைப் பாதிக்கலாம்.

5. நரம்பியக்கடத்தி ஏற்றத்தாழ்வுகள்

- GABA-குளுட்டமேட் ஏற்றத்தாழ்வு: மூளையில் உற்சாகம்/தடுப்பு ஒழுங்கின்மைக்கு பங்களிக்கக்கூடும்.
- செரோடோனின் அசாதாரணங்கள்: ஆட்டிசம் உள்ள சிலருக்கு இரத்தத்தில் செரோடோனின் அளவு அதிகரிப்பது காணப்படுகிறது.
- டோபமைன் மற்றும் ஆக்ஸிடாஸின் அமைப்புகள்: சமூக நடத்தை மற்றும் வெகுமதி செயலாக்கத்தில் ஈடுபட்டுள்ளன.

6. மகப்பேறுக்கு முற்பட்ட காரணிகள்(ஆட்டிசத்திற்கான ஒரே காரணங்கள் அல்ல, மாற்றியமைப்பாளர்களாக செயல்படுகின்றன)

- தாய்வழி தொற்றுகள் (எ.கா., ரூபெல்லா, CMV)
- மகப்பேறுக்கு முந்தைய காலத்தில் நச்சுப் பொருட்களுக்கு ஆளாகுதல் (எ.கா. வால்ப்ரோயிக் அமிலம், காற்று மாசுபாடு)
- தாய்வழி வளர்சிதை மாற்ற நிலைமைகள் (எ.கா. நீரிழிவு நோய், உடல் பருமன்)
- குறைப்பிரசவம் அல்லது குறைந்த பிறப்பு எடை

MMR தடுப்பூசி போன்ற தடுப்பூசிகளால் ஆட்டிசம் ஏற்படுவதில்லை என்பதையும், அது உணவுமுறையுடன் தொடர்புடையது அல்ல என்பதையும் கவனத்தில் கொள்ள வேண்டும்.

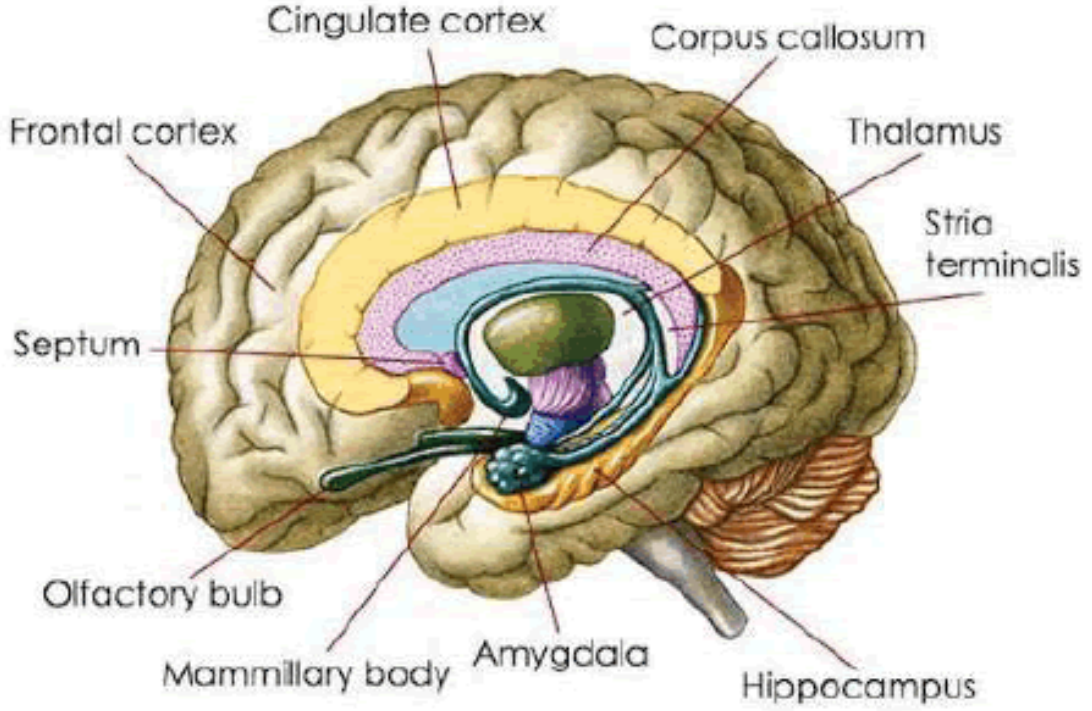


Figure 1. Neurophysiology of the Autistic Brain.

படம் 17.1: ஆட்டிசம் நிலைமையில், மூளையின் சில குறிப்பிட்ட பகுதிகளில் குறைந்த செயல்பாடு காணப்படுகிறது.

ஆட்டிசம் நோய் கண்டறிதல்

அறிகுறிகள்

ஆட்டிசம் இருப்பது என்பது, நீங்கள் விஷயங்களை உணரவும், அவற்றுக்கு ஆட்டிசம் இல்லாதவர்களைப் போல வித்தியாசமாக நடந்து கொள்ளவும் வாய்ப்புள்ளது. நீங்கள் சமூகமயமாக்குவது குழப்பமானதாகவோ அல்லது சோர்வாகவோ இருக்கலாம், மேலும் சத்தமாகவோ அல்லது பரபரப்பான இடங்களிலோ அதிகமாக இருக்கலாம். உங்களுக்கு தீவிரமான ஆர்வங்கள் இருக்கலாம், ஒழுங்கு மற்றும் வழக்கத்தை விரும்பலாம், மேலும் உங்களை அமைதிப்படுத்த அல்லது மகிழ்ச்சியை வெளிப்படுத்த மீண்டும் மீண்டும் அசைவுகள் அல்லது செயல்களைப் பயன்படுத்தலாம். உங்கள் அசௌகரியத்தை நீங்கள் பொருத்தமாக மறைக்கலாம், இது மனநோய்க்கு வழிவகுக்கும்.

இளம் குழந்தைகளில் ஆட்டிசத்தின் அறிகுறிகள்

- அவர்களின் பெயருக்கு பதிலளிக்கவில்லை
- கண் தொடர்பைத் தவிர்ப்பது

- நீ அவர்களைப் பார்த்து சிரிக்கும்போது சிரிக்கவில்லை.
- ஒரு குறிப்பிட்ட சுவை, வாசனை அல்லது ஒலி பிடிக்கவில்லை என்றால் மிகவும் வருத்தப்படுவது
- கைகளை அசைத்தல், விரல்களை அசைத்தல் அல்லது உடலை அசைத்தல் போன்ற திரும்பத் திரும்பச் செய்யும் அசைவுகள்
- மற்ற குழந்தைகளைப் போல அதிகமாகப் பேசுவதில்லை.
- அவ்வளவு பாசாங்கு நாடகம் பண்ணல.
- அதே சொற்றொடர்களை மீண்டும் மீண்டும் கூறுதல்

வயதான குழந்தைகளில் ஆட்டிசத்தின் அறிகுறிகள்

- மற்றவர்கள் என்ன நினைக்கிறார்கள் அல்லது உணர்கிறார்கள் என்பதைப் புரிந்து கொள்ளவில்லை.
- வழக்கத்திற்கு மாறான பேச்சு, அதாவது சொற்றொடர்களைத் திரும்பத் திரும்பச் சொல்வது, மற்றவர்களிடம் 'பேசுவது'
- கண்டிப்பான தினசரி வழக்கத்தை விரும்புதல் மற்றும் அது மாறினால் மிகவும் வருத்தப்படுதல்.
- சில பாடங்கள் அல்லது செயல்பாடுகளில் மிகுந்த ஆர்வம் கொண்டிருத்தல்
- அவங்களை ஏதாவது செய்யச் சொன்னா ரொம்ப வருத்தப்படுறேன்.
- நண்பர்களை உருவாக்குவது கடினமாக இருப்பது அல்லது தனியாக இருக்க விரும்புவது
- விஷயங்களை மிகவும் நேரடி அர்த்தத்தில் எடுத்துக்கொள்வது - உதாரணமாக, "ஒரு காலை உடைத்தல்" போன்ற சொற்றொடர்களை அவர்கள் புரிந்து கொள்ளாமல் இருக்கலாம்.
- அவர்கள் எப்படி உணருகிறார்கள் என்பதைச் சொல்வது கடினம்

பெரியவர்களில் ஆட்டிசத்தின் அறிகுறிகள்

ஆட்டிசத்தின் முக்கிய அறிகுறிகள்

- மற்றவர்கள் என்ன நினைக்கிறார்கள் அல்லது உணர்கிறார்கள் என்பதைப் புரிந்துகொள்வது கடினமாக இருப்பது
- சமூக சூழ்நிலைகள் குறித்து மிகவும் கவலைப்படுதல்
- நண்பர்களை உருவாக்குவது கடினமாக இருப்பது அல்லது தனியாக இருக்க விரும்புவது
- அர்த்தமில்லாமல் மற்றவர்களிடம் அப்பட்டமாக, முரட்டுத்தனமாக அல்லது ஆர்வம் காட்டாமல் இருப்பது.
- நீங்கள் எப்படி உணருகிறீர்கள் என்று சொல்வது கடினம்.

- உதாரணத்திற்கு விஷயங்களை மிகவும் நேரடி அர்த்தத்தில் எடுத்துக் கொண்டால், "" போன்ற சொற்றொடர்களை அவர்கள் புரிந்து கொள்ளாமல் இருக்கலாம்.புல்லட்டை கடிக்கவும்"
- ஒவ்வொரு நாளும் ஒரே வழக்கத்தைக் கொண்டிருப்பது மற்றும் அது மாறினால் மிகவும் கவலைப்படுவது

ஆட்டிசத்தின் பிற அறிகுறிகள்

- சமூக "விதிகளை" புரிந்து கொள்ளாமல் இருப்பது, உதாரணமாக மக்களைப் பற்றிப் பேசாமல் இருப்பது
- கண் தொடர்பைத் தவிர்ப்பது
- மற்றவர்களுடன் மிக நெருக்கமாக பழகாதல், அல்லது யாராவது உங்களைத் தொட்டால் அல்லது மிக நெருக்கமாக பழகினால் மிகவும் வருத்தப்படுதல்
- மற்றவர்கள் கவனிக்காத சிறிய விவரங்கள், வடிவங்கள், வாசனைகள் அல்லது ஒலிகளைக் கவனித்தல்.
- சில பாடங்கள் அல்லது செயல்பாடுகளில் மிகுந்த ஆர்வம் கொண்டிருத்தல்
- விஷயங்களைச் செய்வதற்கு முன் கவனமாகத் திட்டமிட விரும்புதல்

பெண்களில் ஆட்டிசத்தின் அறிகுறிகள்

- ஆட்டிசம் இல்லாதவர்களை நகலெடுப்பதன் மூலம், 'பொருந்த' ஆட்டிசத்தின் அறிகுறிகளை மறைக்கக் கற்றுக்கொண்டேன்.
- அமைதியாக இருங்கள் மற்றும் அவர்களின் உணர்வுகளை மறைக்கவும்.
- சமூக சூழ்நிலைகளை சிறப்பாகச் சமாளிப்பதாகத் தெரிகிறது.
- மீண்டும் மீண்டும் நிகழும் நடத்தைகளின் குறைவான அறிகுறிகளைக் காட்டு.
- இதன் பொருள் நீங்கள் ஒரு பெண்ணாக இருந்தால், உங்களுக்கு ஆட்டிசம் இருக்கிறதா என்று சொல்வது கடினமாக இருக்கலாம்.

நோய் கண்டறிதல்

குழந்தைகளில் மன இறுக்கத்தைக் கண்டறிவது என்பது ஒரு நிபுணரால், பெரும்பாலும் ஒரு குழந்தை மருத்துவர், மனநல மருத்துவர் அல்லது உளவியலாளரால் விரிவான மதிப்பீட்டை உள்ளடக்கியது, அவர் குழந்தையின் வளர்ச்சி வரலாற்றை மதிப்பிடுவார், அவர்களின் நடத்தையைக் கவனிப்பார் மற்றும் தரப்படுத்தப்பட்ட சோதனைகளை

வழங்குவார். மன இறுக்கத்திற்கு குறிப்பிட்ட மருத்துவ பரிசோதனை எதுவும் இல்லை, எனவே நோயறிதல் இந்த மதிப்பீடுகளை நம்பியுள்ளது. சரியான தலையீடுகள் மற்றும் ஆதரவை வழங்குவதற்கு ஆரம்பகால அடையாளம் மற்றும் நோயறிதல் மிக முக்கியம். 6 முதல் 12 மாத வயதிலேயே ஆட்டிசத்தின் அறிகுறிகளைக் கண்டறிய முடியும். இருப்பினும், பெரும்பாலான குழந்தைகள் 2 முதல் 4 வயது வரை கண்டறியப்படுகிறார்கள், இருப்பினும் கவனமாகக் கவனித்தல் மற்றும் பரிசோதனை செய்வதன் மூலம் ஆரம்பகால நோயறிதல் சாத்தியமாகும்.

வயது	சாத்தியமான ஆரம்ப அறிகுறிகள்
6-12 மாதங்கள்	கண்களால் பார்ப்பது குறைவு - அரிதாகவே மக்களைப் பார்த்து புன்னகைப்பது - பெயருக்குக் குறைவான பதில்.
12-18 மாதங்கள்	கையசைத்தல் அல்லது சைகை செய்தல் கூடாது (எ.கா., பை-பை என்று கையசைத்தல்) - 16 மாதங்களுக்குள் ஒற்றை வார்த்தைகள் இல்லை - சமூக தொடர்புகளில் குறைந்த ஆர்வம்.
18-24 மாதங்கள்	திரும்பத் திரும்பச் செய்யும் நடத்தைகள் (எ.கா., கைகளை அசைத்தல், பொம்மைகளை வரிசையாக வைத்தல்) - போலி விளையாட்டு இல்லாமை - தாமதமான பேச்சு அல்லது மொழி பின்னடைவு

ஒரு நிபுணரால் மதிப்பீடு செய்யப்பட வேண்டும் என்று கூறும் சிவப்புக் கொடி அறிகுறிகள்

- 12 மாதங்களுக்குள் பேச்சு வார்த்தைகள் அல்லது சைகைகள் இல்லை.
- 16 மாதங்களுக்குள் ஒரு வார்த்தை கூட இல்லை.
- 24 மாதங்களுக்குள் இரண்டு வார்த்தை சொற்றொடர்கள் இல்லை.
- எந்த வயதிலும் மொழி அல்லது சமூகத் திறன் இழப்பு

- அனுபவம் வாய்ந்த மருத்துவர்கள் மற்றும் தரப்படுத்தப்பட்ட கருவிகளைப் பயன்படுத்தி 18-24 மாதங்களுக்கு முன்பே நோயறிதலைச் செய்யலாம்: 18 மற்றும் 24 மாதங்களில் குழந்தைகளில் ஆட்டிசத்திற்கான மாற்றியமைக்கப்பட்ட சரிபார்ப்புப் பட்டியல் (M-CHAT-R/F).

- நம்பகமான நோயறிதல் பொதுவாக இரண்டு வயதிற்குள் செய்யப்படலாம்.
- 3 வயதிற்கு முன் ஆரம்பகால தலையீடு சிறந்த நீண்டகால விளைவுகளுடன் வலுவாக தொடர்புடையது.

1. பரிந்துரை மற்றும் ஆரம்ப மதிப்பீடு:

- மேம்பாட்டுத் திரையிடல் என்பது பொதுவாக 18 மற்றும் 24 மாதங்களில் செய்யப்படும்.
- பேச்சு, சமூக தொடர்பு அல்லது நடத்தையில் ஏற்படும் தாமதங்களைக் கண்டறிகிறது.
- ஒரு குழந்தையின் வளர்ச்சி குறித்து பெற்றோருக்கோ அல்லது மருத்துவருக்கோ கவலைகள் இருந்தால், அவர்கள் ஆட்டிசம் மதிப்பீட்டிற்காக ஒரு நிபுணரிடம் பரிந்துரைக்கப்படுவார்கள்.
- இது பொதுவாக வளர்ச்சி மற்றும்/அல்லது செயல்பாட்டுத் தேவைகள் மதிப்பீடு, குழந்தையின் வளர்ச்சி வரலாறு, தற்போதைய ஆதரவுத் தேவைகள் மற்றும் நடத்தைகள் பற்றிய தகவல்களைச் சேகரிப்பதை உள்ளடக்கியது.

2. கவனிப்பு மற்றும் மதிப்பீடு:

- விளையாட்டு மற்றும் விளையாட்டுகள் போன்ற கட்டமைக்கப்பட்ட செயல்பாடுகளின் போது குழந்தையின் நடத்தை, சமூக தொடர்புகள் மற்றும் தகவல் தொடர்பு திறன்களை நிபுணர்கள் கவனிக்கின்றனர்.
- குழந்தையின் வளர்ச்சி மற்றும் ஏதேனும் கவலைகள் பற்றிய தகவல்களையும் அவர்கள் பெற்றோரிடமிருந்து சேகரிப்பார்கள்.

3. தரப்படுத்தப்பட்ட சோதனைகள்:

- பல்வேறு தரப்படுத்தப்பட்ட சோதனைகள் பயன்படுத்தப்படலாம், அவற்றுள்:
 - ஆட்டிசம் நோயறிதல் கண்காணிப்பு அட்டவணை (ADOS): சமூக மற்றும் தகவல் தொடர்பு திறன்களை மதிப்பிடும் ஒரு கட்டமைக்கப்பட்ட கண்காணிப்பு கருவி.
 - குழந்தை பருவ ஆட்டிசம் மதிப்பீட்டு அளவுகோல் (CARS): ஆட்டிசம் அறிகுறிகள் மற்றும் நடத்தைகளை மதிப்பிடும் ஒரு மதிப்பீட்டு அளவுகோல்.

- **மேம்பாட்டு கேள்வித்தாள்கள்:** குழந்தையின் வளர்ச்சி மற்றும் நடத்தை பற்றிய கேள்வித்தாள்களை நிரப்ப பெற்றோர்களும் பராமரிப்பாளர்களும் கேட்கப்படலாம்.
- **பிற சோதனைகள்:** குழந்தையின் வயது மற்றும் குறிப்பிட்ட கவலைகளைப் பொறுத்து, பிற சோதனைகளில் பேச்சு, மொழி, கேட்டல் மற்றும் அறிவாற்றல் வளர்ச்சி ஆகியவற்றின் மதிப்பீடுகள் அடங்கும்.

4. மரபணு சோதனை:

- சில சந்தர்ப்பங்களில், ரெட் நோய்க்குறி அல்லது பலவீனமான எக்ஸ் நோய்க்குறி போன்ற மன இறுக்கத்துடன் தொடர்புடைய பிற நிலைமைகளை நிராகரிக்க மரபணு சோதனை பரிந்துரைக்கப்படலாம்.

5. நோய் கண்டறிதல் மற்றும் ஆதரவு நிலைகள்:

- அனைத்து தகவல்களையும் மதிப்பாய்வு செய்த பிறகு, குழந்தை நோயறிதலுக்கான அளவுகோல்களைப் பூர்த்தி செய்கிறதா என்பதை நிபுணர் தீர்மானிப்பார்மன இறுக்கம் (படம் 17.1, 17.2).
- நோயறிதலில் குழந்தைக்கு ஒரு அளவிலான ஆதரவை வழங்குவதும் அடங்கும் (நிலை 1 மிகக் குறைந்ததாகவும், நிலை 3 மிக உயர்ந்ததாகவும் இருக்கும்), இது அவர்களுக்கு எவ்வளவு உதவி தேவைப்படலாம் என்பதைக் குறிக்கிறது.(படம் 17.3).

படம் 17.1: முக்கிய நோயறிதல் அளவுகோல்கள் (DSM-5)

- சமூக தொடர்பு மற்றும் தொடர்புகளில் தொடர்ச்சியான பற்றாக்குறைகள்.
- கட்டுப்படுத்தப்பட்ட, மீண்டும் மீண்டும் வரும் நடத்தை முறைகள், ஆர்வங்கள் அல்லது செயல்பாடுகள்.
- வளர்ச்சியின் ஆரம்ப கட்டங்களில் அறிகுறிகள் தோன்றும்.
- அறிகுறிகள் மருத்துவ ரீதியாக குறிப்பிடத்தக்க குறைபாட்டை ஏற்படுத்துகின்றன.



படம் 17.2: மன இறுக்கம் கொண்ட ஒரு குழந்தை

படம் 17.3: மன இறுக்கத்தின் பல்வேறு நிலைகள்

1- ஆதரவு தேவை
சமூக தொடர்பு: • சமூக தொடர்புகளைத் தொடங்குவதில் சிரமம். • சங்கடமாகத் தோன்றலாம் அல்லது உரையாடல்களைப் பராமரிப்பதில் சிக்கல் இருக்கலாம். • சமூக உறவுகளில் ஆர்வம் குறைவதைக் காட்டலாம். நடத்தை பண்புகள்: • நடத்தையில் வளைந்து கொடுக்காத தன்மை செயல்பாட்டில் சில குறுக்கீடுகளை ஏற்படுத்துகிறது. • செயல்பாடுகளுக்கு இடையில் மாறுவதில் சிக்கல். • அமைப்பு மற்றும் திட்டமிடலில் சிக்கல்கள் இருக்கலாம். ஆதரவு தேவைகள்: • சமூகத் திறன்கள் மற்றும் நெகிழ்வான நடத்தைக்கு சில உதவி தேவை, ஆனால் குறைந்த ஆதரவுடன் பல அமைப்புகளில் செயல்பட முடியும்.
2-கணிசமான ஆதரவு தேவை
சமூக தொடர்பு: • வாய்மொழி மற்றும் சொல்லாத தகவல்தொடர்புகளில் குறிப்பிடத்தக்க குறைபாடுகள்.

- வரையறுக்கப்பட்ட சமூக துவக்கம் மற்றும் மற்றவர்களுக்கு அசாதாரணமான எதிர்வினைகள்.
- தொடர்புகள் பெரும்பாலும் ஒருதலைப்பட்சமாகவோ அல்லது கணிசமாகக் குறைக்கப்பட்டோ இருக்கும்.

நடத்தை பண்புகள்:

- மேலும் வெளிப்படையான நெகிழ்வின்மை.
- மாற்றத்தை சமாளிப்பதில் சிரமம்.
- மீண்டும் மீண்டும் ஏற்படும் நடத்தைகள் கவனிக்கத்தக்கவை மற்றும் செயல்பாட்டில் தலையிடுகின்றன.

ஆதரவு தேவைகள்:

- சமூக மற்றும் நடத்தை அம்சங்களில் கணிசமான ஆதரவு தேவை.

3- மிகவும் கணிசமான ஆதரவு தேவை

சமூக தொடர்பு:

- வாய்மொழி மற்றும் சொல்லாத திறன்களில் கடுமையான பற்றாக்குறைகள்.
- சமூக தொடர்புகளின் மிகவும் குறைவான தொடக்கம்.
- மற்றவர்களிடமிருந்து வரும் சமூக வெளிப்பாட்டிற்கு குறைந்தபட்ச எதிர்வினை.

நடத்தை பண்புகள்:

- மாற்றத்தில் மிகுந்த சிரமம் மற்றும் மிகவும் கட்டுப்படுத்தப்பட்ட/மீண்டும் மீண்டும் மீண்டும் செய்யும் நடத்தைகள்.
- இந்த நடத்தைகள் அன்றாட செயல்பாட்டைக் கணிசமாகப் பாதிக்கின்றன.

ஆதரவு தேவைகள்:

- அனைத்து பகுதிகளிலும் மிகவும் கணிசமான, 24 மணி நேர ஆதரவு தேவைப்படுகிறது.

ஆட்டிசத்திற்கான சிகிச்சை

குழந்தைகளில் ஆட்டிசத்திற்கு சிகிச்சையளிப்பது என்பது அறிகுறிகளை நிர்வகிப்பதிலும், பல்வேறு சிகிச்சைகள் மற்றும் தலையீடுகள் மூலம் குழந்தையின் திறனை அதிகப்படுத்துவதிலும் கவனம் செலுத்தும் பன்முக அணுகுமுறையை உள்ளடக்கியது. ஆட்டிசம் குணப்படுத்தக்கூடிய ஒரு நிலை அல்ல என்றாலும்,

ஆரம்பகால தலையீடு மற்றும் வடிவமைக்கப்பட்ட ஆதரவு குழந்தையின் வாழ்க்கைத் தரத்தை கணிசமாக மேம்படுத்தும்.

- **ஆரம்பகால தலையீடு:**

நேர்மறையான விளைவுகளை அதிகரிக்க, சிகிச்சைகளை முடிந்தவரை சீக்கிரமாக, குறிப்பாக 3 வயதிற்கு முன்பே தொடங்குவது மிகவும் முக்கியம்.

- **நடத்தை சிகிச்சைகள்:**

பயன்பாட்டு நடத்தை பகுப்பாய்வு (ABA) என்பது பரவலாகப் பயன்படுத்தப்படும் அணுகுமுறையாகும், இது திறன்களை சிறிய படிக்களாகப் பிரிக்கிறது, விரும்பிய நடத்தைகளுக்கு வலுவூட்டலை வழங்குகிறது, மேலும் குழந்தைகள் புதிய திறன்களைக் கற்றுக்கொள்ளவும் சவாலான நடத்தைகளைக் குறைக்கவும் உதவுகிறது.

- **பேச்சு மற்றும் மொழி சிகிச்சை:**

இந்த சிகிச்சை வாய்மொழி மற்றும் வாய்மொழி அல்லாத தொடர்பு, மொழியைப் புரிந்துகொள்வது மற்றும் சமூக தொடர்பு உள்ளிட்ட தகவல் தொடர்பு திறன்களைக் கொண்ட குழந்தைகளுக்கு உதவுகிறது.

- **தொழில் சிகிச்சை:**

இந்த சிகிச்சை, குழந்தைகள் அன்றாட வாழ்க்கைக்கான திறன்களை வளர்க்க உதவுவதில் கவனம் செலுத்துகிறது, அதாவது உடை அணிதல், சாப்பிடுதல் மற்றும் புலன் செயலாக்கம் போன்றவை. இது சிறந்த மோட்டார் திறன்கள் மற்றும் புலன் ஒருங்கிணைப்பை மேம்படுத்தவும் உதவுகிறது.

- **கல்வித் திட்டங்கள்:**

தனிப்பயனாக்கப்பட்ட கல்வித் திட்டங்கள், மன இறுக்கம் கொண்ட குழந்தைகள் கல்வி மற்றும் சமூகத் திறன்களை ஒரு ஆதரவான சூழலில் கற்றுக்கொள்ள உதவும், முக்கிய அல்லது சிறப்புப் பள்ளிகளுக்கான விருப்பங்களுடன்.

- **உளவியல் சிகிச்சைகள்:**

அறிவாற்றல் நடத்தை சிகிச்சை (CBT) போன்ற இந்த சிகிச்சைகள், குழந்தைகள் பதட்டம், மனச்சோர்வு மற்றும் பிற மனநல சவால்களை நிர்வகிக்க உதவும்.

- **சமூகத் திறன் பயிற்சி:**

குழுக்கள் அல்லது தனிப்பட்ட அமர்வுகள், ASD உள்ள குழந்தைகள் கண் தொடர்பு கொள்வது, மாறி மாறிப் பார்ப்பது மற்றும் சமூக குறிப்புகளைப் புரிந்துகொள்வது போன்ற சமூகத் திறன்களைக் கற்றுக்கொள்ளவும் பயிற்சி செய்யவும் உதவும்.

- **குடும்ப சிகிச்சை:**

சிகிச்சை செயல்பாட்டில் குடும்பத்தினரை ஈடுபடுத்துவது அவசியம், ஏனெனில் பெற்றோர்களும் உடன்பிறந்தவர்களும் ASD உள்ள குழந்தையை வீட்டிலும் சமூகத்திலும் ஆதரிப்பதற்கான உத்திகளைக் கற்றுக்கொள்ளலாம்.

- **மருந்து:**

மன இறுக்கத்தின் முக்கிய அறிகுறிகளுக்கு மருந்துகள் சிகிச்சையளிக்கவில்லை என்றாலும், தேவைப்பட்டால், அதிவேகத்தன்மை, பதட்டம் அல்லது ஆக்கிரமிப்பு போன்ற குறிப்பிட்ட அறிகுறிகளை நிர்வகிக்கவும், ஒரு சுகாதார நிபுணரின் வழிகாட்டுதலின் கீழ் இதைப் பயன்படுத்தலாம். பள்ளி போன்ற இடங்களில் திறம்பட செயல்பட இந்த அறிகுறிகளையும் நடத்தைகளையும் நிர்வகிப்பது அவசியம். மேலும், மன இறுக்கத்தின் சிக்கல்களை நிர்வகிக்க (கீழே காண்க) சைக்கோட்ரோபிக் மருந்துகள் தேவைப்படுகின்றன.

- **புலன் ஒருங்கிணைப்பு சிகிச்சை:**

இந்த சிகிச்சையானது மன இறுக்கம் கொண்ட குழந்தைகளுக்கு உணர்ச்சி உணர்திறனை நிர்வகிக்கவும், ஒலிகள், விளக்குகள் அல்லது அமைப்பு போன்ற உணர்ச்சி உள்ளீடுகளுக்கு அவர்களின் பதில்களை மேம்படுத்தவும் உதவுகிறது.

முக்கியமான பரிசீலனைகள்:

- **தனிப்பட்ட அணுகுமுறை:**

ASD தனிநபர்களை வித்தியாசமாக பாதிக்கிறது, எனவே சிகிச்சை திட்டங்கள் ஒவ்வொரு குழந்தையின் தனிப்பட்ட தேவைகள் மற்றும் பலங்களுக்கு ஏற்ப வடிவமைக்கப்பட வேண்டும்.

- **ஒத்துழைப்பு:**

பயனுள்ள சிகிச்சைக்கு பெற்றோர்கள், சிகிச்சையாளர்கள், கல்வியாளர்கள் மற்றும் பிற சுகாதார நிபுணர்களின் ஒத்துழைப்பு தேவைப்படுகிறது.

- **தொடர் ஆதரவு:**

சிகிச்சை என்பது ஒரு முறை மட்டுமே செய்யப்படும் ஒரு செயல்முறை அல்ல, ஆனால் குழந்தை வளர்ந்து வளரும்போது தொடர்ச்சியான ஆதரவும் சரிசெய்தலும் தேவைப்படும் ஒரு தொடர்ச்சியான செயல்முறையாகும்.

- **பலங்களில் கவனம் செலுத்துங்கள்:**

சவால்களில் மட்டும் கவனம் செலுத்துவதை விட, குழந்தையின் பலங்களில் கவனம் செலுத்தி அவற்றை வளர்த்துக் கொள்வது முக்கியம்.

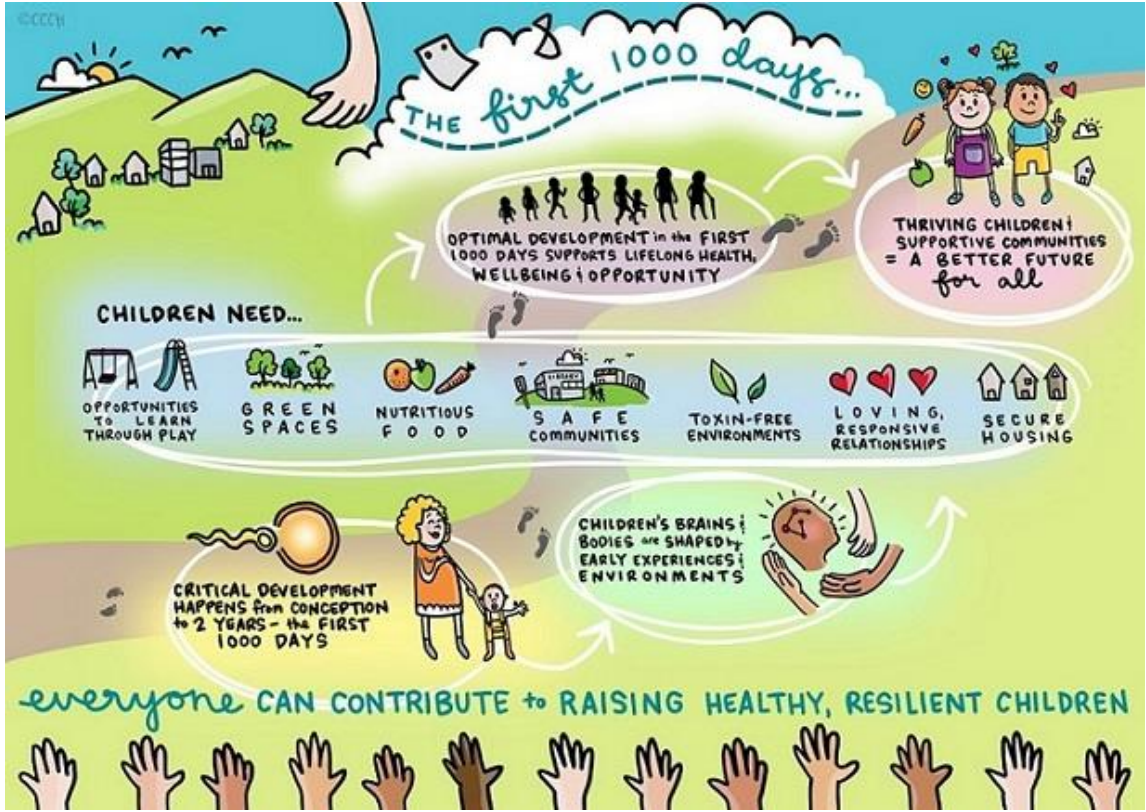
- **நேர்மறை வலுவூட்டல்:**

நேர்மறையான வலுவூட்டல் மற்றும் ஊக்கத்தைப் பயன்படுத்துவது ASD உள்ள குழந்தைகளை ஊக்குவிக்கும் மற்றும் புதிய திறன்களைக் கற்றுக்கொள்ள உதவும்.

ஒரு விரிவான மற்றும் தனிப்பயனாக்கப்பட்ட சிகிச்சைத் திட்டத்தை செயல்படுத்துவதன் மூலம், ASD உள்ள குழந்தைகள் தங்கள் அறிகுறிகளை நிர்வகிக்கவும், அத்தியாவசிய வாழ்க்கைத் திறன்களை வளர்த்துக் கொள்ளவும், அவர்களின் முழு திறனை அடையவும் கற்றுக்கொள்ளலாம்.

ஆட்டிசத்தை எவ்வாறு தடுப்பது?

ஆட்டிசம் என்பது வலுவான மரபணு தாக்கங்களைக் கொண்ட ஒரு நரம்பியல் வளர்ச்சி நிலை, மேலும் இதை முழுமையாகத் தடுப்பதற்கான வழி தற்போது இல்லை. இருப்பினும், சில தடுப்பு உத்திகள் ஆட்டிசம் உருவாகும் அபாயத்தைக் குறைக்கலாம். இந்த உத்திகள், குறிப்பாக ஆட்டிசத்தைத் தடுப்பதை விட, கர்ப்ப காலத்திலும் குழந்தைப் பருவத்திலும் ஆரோக்கியமான மூளை வளர்ச்சியை ஆதரிப்பதாக அறியப்படுகிறது. முதல் 1,000 நாட்கள் (கருத்தரிப்பு முதல் 2 ஆண்டுகள் வரை) ஒரு குழந்தையின் ஆரோக்கியமான மற்றும் வளமான எதிர்காலத்திற்கான அடித்தளத்தை அமைப்பதற்கான மகத்தான வாய்ப்பின் காலமாகும் (படம் 17.4).



படம் 17.4: முதல் 1000 நாட்களில் அதை எவ்வாறு சரியாகப் பெறுவது

1. கர்ப்பத்திற்கு முன்னும் பின்னும் தாய்வழி ஆரோக்கியத்தை மேம்படுத்தவும்

- நாள்பட்ட நிலைமைகளைக் கட்டுப்படுத்தவும் (எ.கா. நீரிழிவு, உடல் பருமன், தைராய்டு நோய்).
- தாய்வழி தொற்றுகளுக்கு உடனடியாக சிகிச்சை அளிக்கவும்.
- டெரடோஜென்களுக்கு (எ.கா., சில மருந்துகள், சட்டவிரோத மருந்துகள், ஆல்கஹால்) வெளிப்படுவதைத் தவிர்க்கவும்.
- மனநல நிலைமைகளை நிர்வகிக்கவும், மகப்பேறுக்கு முந்தைய மன அழுத்தத்தைக் குறைக்கவும்.

2. போதுமான ஊட்டச்சத்தை உறுதி செய்யுங்கள்

- கர்ப்பத்திற்கு முன்னும் பின்னும் ஃபோலிக் அமில சப்ளிமெண்ட்:
 - நரம்புக் குழாய் வளர்ச்சியை ஆதரிப்பதன் மூலம் ஆட்டிசம் அபாயத்தைக் குறைக்கலாம்.
- வைட்டமின் டி, இரும்புச்சத்து மற்றும் ஒமேகா-3 கொழுப்பு அமிலங்கள் மற்றும் பிற அத்தியாவசிய நுண்ணூட்டச்சத்துக்களை போதுமான அளவு உட்கொள்வதை உறுதி செய்யுங்கள்.

3. கர்ப்ப காலத்தில் தீங்கு விளைவிக்கும் வெளிப்பாடுகளைத் தவிர்க்கவும்.

தவிர்க்கவும்:

- புகைபிடித்தல்
- மது
- வால்ப்ரோயிக் அமிலம் (கடந்த காலத்தில் கால்-கை வலிப்புக்கு சிகிச்சையளிக்கப் பயன்படுத்தப்பட்ட மருந்து)
- சுற்றுச்சூழல் நச்சுகள் (எ.கா., ஈயம், பூச்சிக்கொல்லிகள், காற்று மாசுபாடு)

4. குறைப்பிரசவம் மற்றும் சிக்கல்களைக் கட்டுப்படுத்துங்கள்

- சரியான மகப்பேறுக்கு முற்பட்ட பராமரிப்பு மூலம் குறைப்பிரசவம் மற்றும் குறைந்த எடையுடன் பிறப்பதைத் தடுத்து நிர்வகிக்கவும்.
- கர்ப்பகால உயர் இரத்த அழுத்தம் அல்லது தொற்றுகளுக்கு ஆரம்ப சிகிச்சையை நாடுங்கள்.

5. பிறப்புக்குப் பிறகு சுற்றுச்சூழல் ஆபத்தைக் குறைத்தல்

- இவற்றின் வெளிப்பாட்டைக் குறைக்கவும்:
 - கன உலோகங்கள் (ஈயம், பாதரசம்)
 - காற்று மாசுபாடு (எ.கா., போக்குவரத்து நெரிசல் மிகுந்த பகுதிகளுக்கு அருகில் வசிப்பது)

6. குழந்தைப் பருவத்தில் பாதுகாப்பான, நிலையான மற்றும் வளர்க்கும் சூழல்களை ஊக்குவித்தல்.

இந்த மூன்று பெயரடைகளும்(பாதுகாப்பான, நிலையான மற்றும் வளர்ப்பு) எளிமையானதாகத் தோன்றினாலும், அவற்றின் உண்மையான அர்த்தம் மிகவும் ஆழமானது, பரந்தது மற்றும் கனமானது. உகந்த வளர்ப்பு சூழல்களில் வளரும் இளம் குழந்தைகள் மரபணு ரீதியாக அதற்கு ஆளாகக்கூடியவர்களாக இருந்தாலும் கூட, அவர்களுக்கு ஆட்டிசம் இருப்பது கண்டறியப்பட வாய்ப்பில்லை. இருப்பினும், தலையீட்டின் சிக்கலான தன்மை மற்றும் காரண காரணிகள் மற்றும் விளைவுகளை அளவிடுவதில் உள்ள சிரமம் காரணமாக இதை நிரூபிக்க ஆராய்ச்சி நடத்துவது சவாலானது. இது சிறந்த பெற்றோரின் முக்கியத்துவத்தையும், புதிதாகப் பிறந்த குழந்தை வளர்க்கப்படும் சூழலை மேம்படுத்துவதையும் எடுத்துக்காட்டுகிறது. இது மூளையின் உகந்த செயல்பாட்டையும்,

வளர்ச்சியையும், ஆட்டிசத்தின் ஆரம்ப அறிகுறிகள் கூடத் தெரியாத அளவுக்கு எளிதாக்கும். புதிதாகப் பிறந்த குழந்தை இளமையாக இருந்தால், மூளையின் நியூரோபிளாஸ்டிக் தன்மை அதிகமாக இருக்கும். வெளிப்புற தூண்டுதல்கள் புதிதாகப் பிறந்த குழந்தையின் மூளையின் செயல்பாட்டு வளர்ச்சியின் முக்கிய அம்சமாகும். மூளையின் எந்தவொரு சாத்தியமான செயலிழப்பும் குறிப்பிடத்தக்க பற்றாக்குறையாக வளருவதற்கு முன்பே முழுமையாக சரிசெய்யப்படும் அளவிற்கு இந்த தூண்டுதல்கள் சரியானவை என்று வைத்துக்கொள்வோம். அந்த நிலையில், ஆட்டிசம் கண்டறியப்படுவதற்கான வாய்ப்பை விட்டுவிடாமல் தடுக்க முடியும்.

மேலே உள்ள 1-5 காரணிகள் ஆட்டிசம் (எனவே மாற்றியமைப்பாளர்கள் என்று அழைக்கப்படுகின்றன) உருவாகும் அபாயத்தைக் குறைக்கலாம் என்றாலும், அந்தக் காரணிகளுக்கு ஒருபோதும் ஆளாகாத கருக்கள் மற்றும் குழந்தைகள் இன்னும்மன இறுக்கத்தை உருவாக்குதல். கர்ப்பத்திற்கு முன்னும் பின்னும் தாய்வழி ஆரோக்கியத்தை மேம்படுத்துவதும், பிறப்புக்குப் பிறகு தீங்கு விளைவிக்கும் சுற்றுச்சூழல் காரணிகளுக்கு ஆளாகாமல் இருப்பதும் அர்த்தமுள்ளதாக இருந்தாலும், ஆரம்பகால தலையீடு மிகவும் முக்கியமானது. ஆரோக்கியமான தொடக்கத்தை விட வேறு எதுவும் முக்கியமில்லை: புதிதாகப் பிறந்த குழந்தை ஆரோக்கியமாக வளர பாதுகாப்பான, நிலையான மற்றும் வளர்க்கும் சூழலை ஊக்குவித்தல்.

- ஆரம்பகால கண்டறிதல்: 18 மற்றும் 24 மாதங்களில் தரப்படுத்தப்பட்ட ஆட்டிசம் பரிசோதனைகள் ஆபத்தில் உள்ள குழந்தைகளை ஆரம்பத்திலேயே அடையாளம் காண உதவும்.
- சிகிச்சை தலையீடுகள்: பயன்பாட்டு நடத்தை பகுப்பாய்வு (ABA) சிகிச்சை போன்ற தலையீடுகள் ஆட்டிசம் உள்ள குழந்தைகளுக்கு திறன்களை வளர்க்கவும், தகவல்தொடர்புகளை மேம்படுத்தவும், சவாலான நடத்தைகளை நிர்வகிக்கவும் உதவும்.
- குடும்பங்களுக்கான ஆதரவு: குடும்பங்களுக்கு வளங்கள், ஆதரவு மற்றும் வழிகாட்டுதலை வழங்குவது, ஆட்டிசம் உள்ள குழந்தையை வளர்ப்பதில் உள்ள சவால்களை சமாளிக்க அவர்களுக்கு உதவும்.

ஆரம்பகால நோயறிதல் மற்றும் தலையீடுகள் ஆட்டிசத்தின் தீவிரத்தை (நிலை 1-3) குறைக்கும் மற்றும் அதன் சிக்கல்களைத் தடுக்கும், இது நாள்பட்டதாகவும் தீவிரமாகவும் இருக்கலாம்.

ஆட்டிசத்தின் சாத்தியமான சிக்கல்கள்

ஆட்டிசம் என்பது கற்றல் குறைபாடு அல்லது மனநலப் பிரச்சினை அல்ல. ஆனால் ஆட்டிசம் உள்ளவர்களில் மூன்றில் ஒரு பங்கினருக்கும் கற்றல் குறைபாடு உள்ளது, மேலும் ஆட்டிசம் உள்ளவர்கள் மனநலப் பிரச்சினைகளை அனுபவிக்கும் வாய்ப்பு அதிகம்.

உடல் ஆரோக்கியம்:

- **இரைப்பை குடல் பிரச்சினைகள்:**

மலச்சிக்கல், வயிற்றுப்போக்கு மற்றும் வயிற்று வலி போன்ற செரிமான பிரச்சினைகள் பொதுவானவை.

- **கால்-கை வலிப்பு:**

ஆட்டிசம் உள்ளவர்களுக்கு வலிப்புத்தாக்கங்களும் வலிப்பு நோயும் அதிகமாகக் காணப்படுகின்றன.

- **தூக்கக் கோளாறுகள்:**

தூங்குவதில் சிரமம், இரவில் அடிக்கடி விழித்தெழுதல் மற்றும் பிற தூக்கக் கலக்கங்களும் பொதுவானவை.

- **உணவளிக்கும் பிரச்சினைகள்:**

ஆட்டிசம் உள்ள சிலருக்கு சாப்பிடுவதில் சிரமம் இருக்கலாம் மற்றும் உணவுப் பழக்கவழக்கங்கள் தவறாக இருக்கலாம்.

- **பிற மருத்துவ நிலைமைகள்:**

ஆட்டிசம் உள்ளவர்களுக்கு ஒவ்வாமை, ஆஸ்துமா, நீரிழிவு நோய் மற்றும் இதய நோய் போன்ற நோய்கள் வருவதற்கான வாய்ப்புகள் அதிகம்.

மன ஆரோக்கியம்:

- **பதட்டம் மற்றும் மன அழுத்தம்:**

மன இறுக்கம் உள்ள நபர்களிடம் பதட்டக் கோளாறுகள் மற்றும் மனச்சோர்வு அதிகமாகக் காணப்படுகின்றன.

- **கவனக்குறைவு/அதிக செயல்பாடு கோளாறு (ADHD):**

ADHD மன இறுக்கத்துடன் இணைந்து ஏற்படலாம், இதனால் கவனம், கவனம் மற்றும் உந்துவிசை கட்டுப்பாடு ஆகியவற்றில் சவால்கள் ஏற்படுகின்றன.

- **அப்செசிவ்-கம்பல்சிவ் கோளாறு (OCD):**

OCD, அதன் ஊடுருவும் எண்ணங்கள் மற்றும் கட்டாய நடத்தைகளுடன், மன இறுக்கத்துடன் தொடர்புடையதாக இருக்கலாம்.

- **ஸ்கிசோஃப்ரினியா ஸ்பெக்ட்ரம் கோளாறு:**

சில சந்தர்ப்பங்களில், மன இறுக்கம் கொண்ட நபர்கள் ஸ்கிசோஃப்ரினியாவின் அறிகுறிகளையும் அனுபவிக்கலாம்.

- **இருமுனை கோளாறு:**

மனநிலை ஊசலாட்டங்கள் மற்றும் பித்து அல்லது மனச்சோர்வின் அத்தியாயங்களுடன் கூடிய இருமுனை கோளாறு, மன இறுக்கத்துடன் தொடர்புடையதாகவும் இருக்கலாம்.

பிற சிக்கல்கள்:

- **உணர்ச்சி உணர்திறன்கள்:**

புலன்களைச் செயலாக்குவதில் உள்ள சிரமங்கள், புலன்களின் சுமை மற்றும் துயரத்திற்கு வழிவகுக்கும், இது அன்றாட நடவடிக்கைகளைப் பாதிக்கும்.

- **தொடர்பு சவால்கள்:**

வாய்மொழி தொடர்பு, சமூக குறிப்புகளைப் புரிந்துகொள்வது மற்றும் உணர்ச்சிகளை வெளிப்படுத்துவதில் உள்ள சிரமங்கள் சமூக தொடர்புகள் மற்றும் உறவுகளைப் பாதிக்கலாம்.

- **மீண்டும் மீண்டும் வரும் நடத்தைகள் மற்றும் ஆர்வங்கள்:**

கட்டுப்படுத்தப்பட்ட மற்றும் திரும்பத் திரும்பச் சொல்லும் நடத்தைகள் மற்றும் ஆர்வங்கள் சில நேரங்களில் அன்றாட வழக்கங்கள் மற்றும் செயல்பாடுகளில் தலையிடக்கூடும்.

- **சமூக தொடர்புகளில் உள்ள சவால்கள்:**

சமூக தொடர்பு, நட்பை உருவாக்குதல் மற்றும் சமூக விதிமுறைகளைப் புரிந்துகொள்வதில் உள்ள சிரமங்கள் சமூக தனிமைப்படுத்தலுக்கு வழிவகுக்கும்.

- **கல்விச் சிரமங்கள்:**

கவனம், தொடர்பு மற்றும் சமூகத் திறன்களில் உள்ள சிரமங்கள் காரணமாக கற்றல் மற்றும் கல்வி செயல்திறனில் சவால்கள் ஏற்படலாம்.

- **மோட்டார் திறன் சிரமங்கள் (நுட்பமான இயக்கங்களில் சிரமங்கள்):**

மன இறுக்கம் கொண்ட சில நபர்கள், சிறந்த மோட்டார் திறன்கள் மற்றும் ஒருங்கிணைப்பில் தாமதங்கள் அல்லது சிரமங்களை அனுபவிக்கலாம்.

- **நரம்பியல் உளவியல் சவால்கள்:**

ஆட்டிசம் உள்ள பெரியவர்கள் சமூக அறிவாற்றல், நினைவாற்றல், நிர்வாக செயல்பாடு மற்றும் மோட்டார் ஒருங்கிணைப்பு ஆகியவற்றில் சவால்களை எதிர்கொள்ள நேரிடும்.

சுருக்கம்

மக்கள்தொகையில் சுமார் 30 பேரில் ஒருவர் (3%) ஆட்டிசத்தால் பாதிக்கப்பட்டுள்ளனர். இது தகவல் தொடர்பு, சமூக தொடர்பு மற்றும் நடத்தையை பாதிக்கும் ஒரு செயல்பாட்டு நரம்பியல் வளர்ச்சி நிலை, ஸ்கேன்களில் மூளை கட்டமைப்பு ரீதியாக இயல்பாகத் தோன்றும். ஆரம்பகால அடையாளம் மற்றும் நோயறிதல் பொருத்தமான தலையீடுகள் மற்றும் ஆதரவை வழங்குவதற்கு மிக முக்கியமானவை, இது இல்லாமல் குழந்தை வாழ்நாள் முழுவதும் குறைபாடுகளுடன் வாழ வேண்டியிருக்கலாம். ஆட்டிசத்தால் ஏற்படும் குறைபாடுகள் ஒரு நபரின் வாழ்க்கையின் பல்வேறு அம்சங்களை பாதிக்கலாம், இதில் கற்றல், தொடர்பு கொள்ளுதல், தினசரி பணிகளைச் செய்தல் மற்றும் மற்றவர்களுடன் தொடர்பு கொள்ளும் திறன் ஆகியவை அடங்கும், இது நிலை 3 ஆட்டிசம் உள்ள ஒருவருக்கு குறிப்பிடத்தக்கதாக இருக்கலாம். ஆட்டிசத்தின் நோய்க்கிருமி உருவாக்கம் சிக்கலானது மற்றும் ஆரம்பகால மூளை வளர்ச்சி மற்றும் நரம்பியல் இணைப்பை பாதிக்கும் பல ஊடாடும் மரபணு, நரம்பியல் மற்றும் சுற்றுச்சூழல் காரணிகளை உள்ளடக்கியது. குழந்தைகளில் ஆட்டிசத்தைக் கண்டறிவது என்பது சுகாதார நிபுணர்கள் குழுவால், முக்கியமாக ஒரு குழந்தை மருத்துவர் அல்லது குழந்தை மனநல மருத்துவரால் விரிவான மதிப்பீட்டை உள்ளடக்கியது. ஆட்டிசத்திற்கு குறிப்பிட்ட மருத்துவ பரிசோதனை எதுவும் இல்லை, எனவே நோயறிதல் இந்த மதிப்பீடுகளை நம்பியுள்ளது. ஆட்டிசம் குணப்படுத்தக்கூடிய ஒரு நிலை இல்லை என்றாலும், ஆரம்பகால தலையீடு மற்றும் வடிவமைக்கப்பட்ட ஆதரவு ஒரு குழந்தையின் (நபரின்) வாழ்க்கைத் தரத்தை கணிசமாக மேம்படுத்தும். ஆட்டிசம் என்பது வலுவான மரபணு தாக்கங்களைக் கொண்ட ஒரு நரம்பு வளர்ச்சி நிலை, மேலும் இதை முற்றிலுமாகத் தடுப்பதற்கான வழி தற்போது தெரியவில்லை. இருப்பினும், குழந்தைப் பருவத்தில் (வாழ்க்கையின் முதல் 2-3 ஆண்டுகள்) பாதுகாப்பான, நிலையான மற்றும் வளர்க்கும் சூழல்களை ஊக்குவிப்பது வலுவான பாதுகாப்பு விளைவைக் கொண்டிருக்கலாம். பல்வேறு தலையீடுகளை உள்ளடக்கிய ஆரம்பகால அங்கீகாரம் மற்றும் மேலாண்மை, ஆட்டிசம் உள்ள நபர் குறைவான குறைபாட்டுடன் வாழவும், சிக்கல்கள் இல்லாமல் வாழவும் உதவும்.

செய்ய வேண்டியவை

- பெற்றோரின் மன ஆரோக்கியத்தை மேம்படுத்துவதும், பெற்றோரின் மன அழுத்தத்தைக் குறைப்பதும், குழந்தையின் ஆரோக்கியம், நல்வாழ்வு மற்றும் நடத்தை விளைவுகளில் நேர்மறையான நீண்டகால தாக்கங்களை ஏற்படுத்தும்.
- குழந்தைப் பருவத்தில் பாதுகாப்பான, நிலையான மற்றும் வளர்க்கும் சூழல்களை ஊக்குவித்தல்.
- ஒரு குழந்தையின் முக்கிய வளர்ச்சி மைல்கற்களை அறிந்து கொள்ளுங்கள்.
- ஆட்டிசத்தின் அம்சங்களை அறிந்து கொள்ளுங்கள்
- ஆரம்பகால கண்டறிதலின் முக்கியத்துவத்தைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள்.
- சிகிச்சை தலையீடுகளின் நன்மைகளைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள்.
- ஆட்டிசத்தின் சாத்தியமான தாக்கம் மற்றும் சிக்கல்களைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள்.
- ஆட்டிசத்தை குணப்படுத்த முடியாது, ஆனால் நிர்வகிக்க முடியும் என்பதை ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள்.
- தாமதமான தலையீடுகளை விட ஆரம்பகால மேலாண்மை மிகவும் பயனுள்ளதாக இருக்கும் என்பதை ஏற்றுக்கொள்ளுங்கள்.
- பயனுள்ள மேலாண்மை மற்றும் தலையீடு இல்லாமல் மன இறுக்கம் மோசமாகிவிடும் என்று நம்புங்கள்.

செய்ய கூடாதவை

- ஆட்டிசத்தின் வளர்ச்சி மற்றும் விளைவுகளில் பெற்றோர்கள் மற்றும் குடும்ப சூழலின் பங்கு.அது மிகவும் சக்தி வாய்ந்தது என்பதைப் புரிந்து கொள்ளுங்கள்..
- ஆட்டிசத்தின் சிவப்புக் கொடி அறிகுறிகளைப் புறக்கணிக்காதீர்கள், ஏனெனில் நீங்கள் அவ்வாறு செய்தால் அது மோசமாகிவிடும்.
- ஆட்டிசத்தைக் கண்டறிந்து சிகிச்சை அளிப்பதை தாமதப்படுத்தாதீர்கள்.
- ஆட்டிசம் குணமாகும் என்று எதிர்பார்க்காதீர்கள்.
- ஆட்டிசம் உள்ளவர்களுக்குத் தேவையான நீண்டகால பராமரிப்பு மற்றும் ஆதரவை விட்டுவிடாதீர்கள்.