बालबालिकामा हुने अटिजम स्पेक्ट्रम डिसअर्डर (Autism spectrum disorder, ASD)

अटिजम स्पेक्ट्रम डिसअर्डर भनेको के हो?

अटिजम स्पेक्ट्रम डिसअर्डर भनेको विकासात्मक असक्षमता हो। यो हेरक बच्चामा फरक-फरक देखिन सक्छ। यसले दैनिक जीवनमा प्रभाव पार्न सक्छ। अटिजम स्पेक्ट्रम डिसअर्डर भएका बालबालिकाको सञ्चार, सामाजिक अन्तरक्रिया र व्यवहारमा विकासात्मक भिन्नता हुन्छ।

संयुक्त राज्य अमेरिकामा 44 मध्ये 1 बालबालिका (वा 1000 मा 23 जना) मा अटिजम स्पेक्ट्रम डिसअर्डर देखापर्छ। महिलाहरूको तुलनामा पुरुषहरूलाई चार गुणा बढी अटिजम हुने सम्भावना हुन्छ, जहाँ 1,000 मा 36.5 पुरुष र 1,000 मा 8.8 महिलालाई अटिजम छ। अटिजम स्पेक्ट्रम डिसअर्डरका लक्षणहरू 12 देखि 18 महिनाको उमेरमा देखापर्न सक्छन्।

के कारणले गर्दा बालबालिकामा अटिजम देखापर्छ?

अटिजम स्पेक्ट्रम डिसअर्डरको कारण थाहा छैन। वैज्ञानिकहरूले यो आनुवंशिक र वातावरणीय कारक दुवैको कारणले गर्दा हुन्छ भन्ने विश्वास गर्छन्। खोपहरूले अटिजम निम्त्याउँदैनन्। यो पालन-पोषणको कारणले गर्दा पनि हुँदैन।

बालबालिकामा हुने अटिजमका सङ्केतहरू

अटिजम स्पेक्ट्रम डिसअर्डरका सङ्केतहरूमा सामाजिक-सञ्चारमा कठिनाइ हुन्छ र दोहोरिने व्यवहार वा प्रतिबन्धित रुचिहरू हुन्छन्। अटिजम स्पेक्ट्रम डिसअर्डर भएका कतिपय बालबालिकामा केही विशेषताहरूमा मात्र हुन्छ। अन्य बालबालिकामा धेरै लक्षणहरू हुन सक्छन्। अटिजम स्पेक्ट्रम डिसअर्डर भएका बालबालिकामा व्यवहारका चुनौतीहरू हुनु सामान्य हो। यी चुनौतीहरूमा झिझो मान्ने, चिन्ता हुने वा ध्यान केन्द्रित गर्न समस्या हुन्छ। बालबालिकामा हुने अटिजम स्पेक्ट्रम डिसअर्डरका विशिष्ट सङ्केतहरूमा निम्न समावेश छन्:

- आँखाको सम्पर्क नगर्ने
- उनीहरूको नाम बोलाउँदा जवाफ नदिने
- साथीहरूसँग सामाजिक रूपमा अन्तरक्रिया गर्न वा साथीहरू बनाउन कठिनाइ हुने
- नाटकी खेल नखेल्ने वा सामाजिक रूपमा नखेल्ने
- हात उठाउने वा शरीरलाई अगाडि पछाडि हल्लाउने जस्ता पुनरावृत्ति वा असामान्य चाल
- हातले देखाउने वा हात हल्लाउने जस्ता इशाराहरूको कम प्रयोग
- पुनरावृतत्ति वा असामान्य भाषाको प्रयोग
- अरूसँग वार्तालाप गर्न कठिनाइ हुने
- केही वस्तु वा विषयहरूमा असामान्य रुचि वा निर्धारणहरू
- दिनचर्यामा परिवर्तन भएमा कठिनाइ हुने
- आवाज, स्पर्श र स्वादमा असामान्य प्रतिक्रिया। यसमा चर्को आवाज, कोहीद्वारा छोइन नचाहने वा खानाको निश्चित बनावटलाई मन नपराउने समस्या समावेश हुन सक्छ।
- सुत्नमा समस्याहरू

साना बालबालिकामा अटिजमका लागि मूल्याङ्कन गर्नुपर्ने धेरै सङ्केतहरू देखा पर्छन्। यसमा यी कुराहरू समावेश छन्:

- आँखाको सम्पर्कको कमी
- नाम बोलाउँदा जवाफ नदिने
- 6 देखि 12 महिनाको बिचमा तोते बोलीको कमी
- 12 महिनाभित्र कुरा गर्दा हातले देखाउने कार्यमा कमी
- 18 महिनासम्म कुनै पनि शब्द नबोल्ने
- कुनै पनि उमेरमा भाषा गुम्ने

अटिजम भएका बालबालिकाको उपचार

अटिजमको उपचारमा निम्नमध्ये एक वा बढी समावेश हुन सक्छ:

व्यवहारात्मक थेरापी

अटिजमका व्यवहारात्मक थेरापीले चुनौतीपूर्ण व्यवहार कम गर्न प्रमाणमा आधारित विधिहरू प्रयोग गर्दछ। यी व्यवहारहरूमा झिझो मान्ने, रिसाउने, हानिकारक व्यवहार देखाउने वा आफैँलाई हानि पुऱ्याउने जस्ता कुराहरू समावेश हुन सक्छन्। यस थेरापीले शौचालय-प्रशिक्षण जस्ता दैनिक जीवनका सीपहरू, खानपानसम्बन्धी समस्याहरू र शयनसम्बन्धी समस्याहरूमा पनि मद्दत गर्दछ। यसले चिन्ता र निराशााको उपचारमा पनि मद्दत गर्न सक्छ। आमाबुव उपचार प्रक्रियामा धेरै संलग्न हुनुहुन्छ। उहाँहरूले लक्ष्य सेट गर्न र उपचारका रणनीतिहरू प्रयोग गर्नमा मद्दत गर्नुहुन्छ।

वाचन तथा भाषा थेरापी

अटिजमका लागि गरिने वाचन तथा भाषा थेरापीले बालबालिकाले कसरी भाषा (ग्रहणशील भाषा) बुझ्छन् र उनीहर कसरी बोल्छन् (अभिव्यञ्जक भाषा), उनीहरूले बोलेका शब्दहरू अरूले कत्तिको स्पष्ट रूपमा बुझ्छन् (ध्वनि उत्पादन) र उनीहरू कसरी कुराकानी (व्यावहारिक सञ्चार) मा भाग लिन्छन् भन्ने कुराहरूमा सुधार गर्न मद्दत गर्दछ। हामी सञ्चार उपकरणहरू जस्ता संवर्द्धनात्मक र वैकल्पिक सञ्चार प्रणालीहरू आवश्यक पर्ने बिरामीहरूका लागि प्रमाणमा आधारित उपचार विधिहरू पनि प्रयोग गर्छौं।

अकुपेशनल थेरापी (Occupational Therapy, OT)

अटिजमका लागि गरिने अकुपेशनल थेरापीले खाना खुवाउने, आफ्नो ख्याल राख्ने र खेल/शैक्षिक गतिविधिहरू जस्ता दैनिक गतिविधिहरूमा सीपहरू सुधार गर्नमा ध्यान दिन्छ। अकुपेशनल थेरापीले संवेदक प्रक्रिया र एकीकरण, भावनात्मक नियमन र मोटर सीपहरूमा पनि ध्यान दिन्छ। हामी परिवारहरूका लागि महत्त्वपूर्ण हुने लक्ष्यहरू सिर्जना गर्छौं र सुरु गर्छौं।

सामूहिक थेरापी

हामी बिरामी र स्याहारकर्ताहरूलाई व्यवहारसम्बन्धी चिन्ता, सामाजिक सीप, चिन्ता, सञ्चार र संवेदक प्रक्रियालाई सम्बोधन गर्न सामूहिक थेरापी प्रस्ताव गर्छौं। समूहको आधारमा लक्ष्य, सहभागिता र समयतालिका फरक-फरक हुने छन्।

अटिजमका बारेमा वेबमा पाइने स्रोतहरू

- अमेरिकी वाचन भाषा तथा श्रवण संघ (American Speech Language and Hearing Association) (अङ्ग्रेजीमा मात्र उपलब्ध छ)
- अटिजम सोसाइटी अफ ग्रेटर सिन्सिनाटी (Autism Society of Greater Cincinnati) (अङ्ग्रेजीमा मात्र उपलब्ध छ)
- अटिजम सोसाइटी अफ अमेरिका (Autism Society of America) (अङ्ग्रेजीमा मात्र उपलब्ध छ)
- अटिजम स्पिक्स (Autism Speaks) (अङ्ग्रेजीमा मात्र उपलब्ध छ)

Last Updated 02/2022