تعرّف على طفلك المتوحّ ُد

- تظهر أعراضه على طفلك في عمر صغير
- كلّ ما يجب أن تعرفه عن مرض التوحّ ُد

يُعتبر التوحّد من المشكلات الخطيرة التي تترك انعكاسات خطيرة على تطور الطفل ونموّه. وينتشر هذا المرض بكثرة اليوم، علماً بأنّ هناك نقصاً في المعلومات بشأنه.

يبلغ عُمر (وليد) ستة أعوام. وهو طفل مُنعزل لا يستجيب نهائياً عندما يُناديه أحد باسمه. وليد حتى هذا العمر لا يستطيع لفظ الكلمات بشكل صحيح، وهو يحبّ الانعزال، ودائماً يدور حول نفسه. هذه العوارض دفعت دينا (والدته) إلى عرضه على طبيب اختصاصي، من أجل إيجاد حلول لابنها الصغير، والذي أخبرها الطبيب أنّه مُصاب بالتوحّ ُد.

يتم الاحتفال باليوم العالمي للتوحّ ُد في الثاني من شهر إبريل من كلّ عام. تمّت تسمية هذا اليوم من قبل الجمعية العامة للأ ُمم المتحدة في عام 2007م، وهو ي ُهدف إلى تعريف العالم أجمع بهذا المرض، ولمساعدة الأطفال المصابين به على الحصول على حياة أفضل.

في هذه المناسبة العالمية، أعددنا لكِ هذا المقال، لتعريفك بمرض التوحّ ُد بشكل أكبر.

- ما مرض التوحّ ُد؟

مرض التوحّ ُد مرض نفسي ي ُصيب الطفل في عمر صغير، أي قبل أن يبلغ من العمر ثلاث سنوات؛ ولكن يمكن أن يتأخر الأهل في اكتشافه حتى بعد عمر السنوات التسع أو العشر. يعتقد الأهل في البداية أنّ الطفل لا يحبّ الكلام، وأنّه بطبعه يحبّ الانعزال قبل أن يكتشفوا أنّ هناك مشكلة حقيقية ي ُعانيها الطفل. وتجدر الإشارة إلى أنّه كلّ ما تمّ الكشف عن التوحّ ُد م ُبكراً، تحسّنت ف ُرص الشفاء عند الطفل وتحسنت ق ُدراته الاجتماعية.

يظهر مرض التوحّ ُد عند الطفل في ثلاثة مجالات مختلفة، هي:

- العلاقات الاجتماعية المتبادلة مع الأشخاص الآخرين.

- طريقة تطوّ ُر اللغة عند الطفل.

- السلوك الاجتماعي لديه.

- ما أعراضه؟

تختلف أعراض التوحّ ُد من طفل إلى آخر. يمكن أن تبدأ هذه الأعراض بالظهور في سن صغيرة عند الطفل، وهي أحياناً تتأخر عند بعض الأطفال الذين يعيشون حياة طبيعية في أوّل أشهر أو سنين من

حياتهم، وفجأةً تظهر لديهم علامات التوحّد. ومن أبرز أعراض مرض التوحّد عند الطفل نذكر ما يلي:

مشاكل المهارات الاجتماعية:

- لا يستجيب عندما يناديه أحد باسمه نهائياً.
- لا يمكن أن يشعر بمشاعر الآخرين نهائياً.
- الشعور بأنّ الطفل لا يمكنه أن يسمعك، على الرغم من أنّك تصرخ للتحدّث معه، وذلك لأنّه غير قادر على التواصل الاجتماعي.
- لا يرغب في حضن أي أحد ولا التواصل الحسّي مع أحد، حتى الأهل.
- لا يرغب في اللعب مع غيره من الأطفال، وهو يرغب في أن يبقى في غرفته دائماً، واللعب فقط في ألعابه وحيداً.
- لا يقوم بالتواصل البصري مع أحد.

مشاكل المهارات اللغوية:

- لا يستطيع الطفل في لفظ الكلمات في سن مبكرة.
- حتى لو كان يستطيع الكلام، يمكن أن يفقد هذه المهارات اللغوية مع تقدم المرض.
- لا يستطيع إنشاء جملة أبداً، ولا يمكنه البدء في الكلام لوحده.

- قد يستطيع في بعض الأحيان إعادة بعض الكلمات التي يسمعها؛ ولكنّه لا يعرف معناها ولا متى يجب استخدامها.

- يتحدّث بصوت غريب عبر نبرات مختلفة، وكأنّه يغني أو يحاول أن يقول شيئاً ما غير مفهوم.

مشاكل في السلوك:

- يدور الطفل حول نفسه دائماً.

- يُكرّر التصرّفات ذاتها كالهز باستمرار.

- تكون حركته كثيرة.

- يُمكن أن يبدأ بالصراخ في أي لحظة.

- لا يحتمل المصاب بالتوحّد الضوضاء، ولا الصوت ولا اللمس.

- المُسبّبات:

لماذا يحدث مرض التوحّد؟ حتى اليوم لم يتمكّن الخبراء من الكشف حول السبب الحقيقي الذي يؤدي إلى إصابة الطفل به. تشير الأبحاث إلى أنّ هناك أسباباً متعددة مجتمعة مع بعضها بعضاً، تؤدي إلى حدوث مرض التوحّد عنده، ومن بين أبرز الأسباب نذكر ما يلي:

· الوراثة: هناك عدد من الجينات التي تلعب دوراً في حدوث التوحّد عنده. فبعض الجينات تؤثر في سلوكه، وبعضها الآخر يؤثر في بعض خلايا الدماغ وتطورها وطريقة اتصالها مع بعضها بعضاً.

- تلوث الهواء: العوامل البيئية تلعب دوراً كبيراً في إحداث عدد من المشاكل الصحّية، ومن بينها أيضاً حدوث مرض التوحّد عند الطفل.

- مشاكل عند الولادة: تشير بعض الأبحاث إلى أنّ المشاكل أثناء الولادة، كتعثّر الولادة ونقص الأوكسيجين عنده خلال ولادته، يُمكن أن تؤدي إلى حدوث مشكلة التوحّد عنده.

- تناول الأدوية خلال الحمل: بعض الأبحاث تشير إلى أنّ تناول الأُم الحامل للأدوية المضادة للاكتئاب خلال فترة الحمل، خصوصاً خلال الأشهر الثلاثة الأولى، يزيد من خطورة حدوث التوحّد عنده.

- مشاكل صحّية عنده: الطفل الذي يعاني مشاكل صحّية، كمرض التصلب العصبي والصرع، تزيد لديه خطورة الإصابة بالتوحّد.

- جنس الطفل: أظهرت الأبحاث العلمية أنّ احتمال إصابة الأطفال الذكور بمرض التوحّد، هو أعلى من إصابة الإناث بهذا المرض. وتشير الأرقام إلى أنّ الذكر مُعرّض أكثر بثلاثة أضعاف لخطر الإصابة بالتوحّد.

- علاج مرض التوحّد:

لا يوجد علاج مُلائم واحد لكلّ الأطفال الذين يُعانون التوحّد، بل كلّ طفل يحتاج إلى عناية خاصّة به من أجل مشاهدته على تخطي المرض. لذا من الضروري أن يتم جمع عدد من العلاجات الصحّية مع بعضها بعضاً، من أجل مساعدة الطفل الذي يعاني التوحّد على عيش حياة سليمة وصحّية. فالعلاج التربوي والتعليمي، والعلاج السلوكي، والعلاج اللغوي، والعلاج الدوائي، كلّها من أنواع العلاجات التي يجب أن يحصل عليها مريض التوحّد مع بعضها بعضاً.

يحتاج الطفل إلى عناية مدرسية خاصّة، وقد يحتاج إلى مُعلمة خاصّة تساعده في المهمات التعليمية. فالعلاج النفسي يساعده على التخفيف من التوتر والقلق والعزلة والانخراط في المجتمع بشكل أفضل، والعلاج اللغوي يساعده على تعلّم الكلمات بشكل أفضل، ولفظها بشكل صحيح، واستخدامها في المكان الجيّد. أمّا العلاج الدوائي، فهو يساعده على الاستجابة بشكل أفضل لكلّ العلاجات السابقة.

- العلاج الغذائي:

على الرغم من أنّه لا توجد دراسات علمية حول النظام الغذائي الأفضل لمرضى التوحّ ُد، إلّا أنّ الأ ُمّهات ي ُشرن إلى أنّ الأعراض التي يشعر بها أطفالهنّ، تخف عند اتّباع نظام غذائي م ُحدّ َد. فالنظام الغذائي الذي يتم اعتماده له، يعتمد في البداية على إزالة الحليب ومشتقاته من النظام الغذائي له، ومن ثمّ الانتظار مدّة ثلاثة أسابيع، وإلغاء القمح ومشتقاته من غذاء الطفل. فهذا النظام الغذائي يعني إلغاء نوعين من البروتينات التي يحصل عليها من الحليب والقمح، وهي الـ(كازيين) الموجود في الحليب ومشتقاته، كالجبن واللبنة واللبن، والـ(غلوتين) الموجود في القمح ومشتقاته، كالطحين والمعجنات والمعكرونة. ويعتقد مروجو هذا النظام الغذائي، أنّ الطفل الذي يعاني التوحّ ُد، لا يستطيع هضم هذين النوعين من البروتينات، أو لديه حساسية قوية تجاهها. أمّا بالنسبة إلى التغييرات التي ي ُحدثها هذا النظام بحسب بعض الأ ُمّهات، فيشرن إلى أنّ الطفل الذي ي ُعاني التوحّ ُد ويتبع هذا النظام، تتحسّن لديه المهارات اللغوية والسلوكية، وإليك هنا مثال عن هذا النظام:

- الفطور: كوب من حليب اللوز مع (كورن فليكس) خالٍ من الـ(غلوتين)، وكوب من الفراولة.

- وجبة خفيفة: كوب من الـ(فوشار) مع كوب من العصير الطازجة.

- الغداء: صحن من الأرز باللحم مع قطعة من الدجاج وبعض الخضراوات المطهوة على البخار، أو كوب من الي َخاني مع كوب من الأرز.

- وجبة خفيفة: 5 حبات من التمر مع اللوز، أو حلوى مصنوعة منزلياً خالية من القمح والحليب.

- العشاء: عجينة مصنوعة منزلياً من طحين البطاطا أو طحين الأرز مع الزعتر، أو حبة من البطاطا المشوية مع قطعة من السمك المشوي، أو كوب من المعكرونة الخالية من الـ(غلوتين) مع الصلصة الحمراء.

إعداد: ميرا عبد ربه